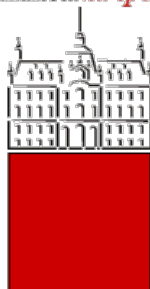


Univerza v Ljubljani
Fakulteta za šport



VPLIV SOCIALNEGA OKOLJA NA TELESNO DEJAVNOST OTROK IN MLADINE V ZADNJEM TRILETJU OSNOVNE ŠOLE

DIPLOMSKO DELO

MENTOR
doc. dr. Gregor Starc

RECENZENT
prof. dr. Gregor Jurak

AVTORICA DELA
Špela Stegne

Ljubljana, 2014

ZAHVALA

Rada bi se zahvalila svojemu mentorju, Gregorju Starcu za nesebično pomoč in usmerjanje pri izdelavi diplomske naloge. Posebej bi se rada zahvalila družini, ki mi je omogočila študij in mi nudila podporo v vseh trenutkih. Prav tako pa se zahvaljujem svojim prijateljem in vsem, ki so mi s svojimi nasveti pomagali pri izdelavi diplomske naloge.

Ključne besede: socializacija, socialno okolje, otroci in mladina, telesna dejavnost, družina, vrstniki, vpliv

VPLIV SOCIALNEGA OKOLJA NA TELESNO DEJAVNOST OTROK IN MLADINE V ZADNJEM TRILETJU OSNOVNE ŠOLE

Špela Stegne
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2014
Športna vzgoja

Število strani: 27; število preglednic: 1; število slik: 4; število virov: 29

IZVLEČEK

Namen diplomske naloge je ugotoviti, kako proces socializacije in socialno okolje vplivata na telesno dejavnost otrok in mladine v zadnjem triletju osnovne šole. V raziskavo smo vključili učence in učenke 11 osnovnih šol iz Slovenije, stare od 12 do 14 let, ki so bili vključeni v raziskavo ARTOS 2013 (Analiza razvojnih trendov otrok v Sloveniji). Vzorec zajema skupno 1071 otrok, od tega 609 fantov in 462 deklet.

Za oceno telesne dejavnosti in socialnih dejavnikov, ki vplivajo nanjo, smo uporabili mednarodno priznan in preverjen vprašalnik SHAPES (Leatherdale, Manske, Wong in Cameron, 2009), ki so ga otroci in mladostniki izpolnjevali prek spletne ankete. Podatke, ki smo jih zbrali, smo analizirali s pomočjo programske opreme SPSS ter jih grafično obdelali s programom Excel.

Rezultati raziskave so pokazali, da socialno okolje v veliki meri vpliva na telesno dejavnost otrok in mladine. Analiza je pokazala, da obstaja zmerno močna statistična povezanost vpliva staršev na otrokovo telesno dejavnost, pri čemer ima večji vpliv oče kot mati. Medtem, ko imata pri dekletih vpliv oba starša, a vseeno oče nekoliko višjega kot mati, ima na fante vpliv le oče in še tega šibkega. Matere statistično nimajo vpliva na telesno dejavnost sinov. Trdimo lahko, da obstaja povezanost med odnosom do športa in telesno dejavnostjo otrok in njihovih staršev, ki pa je nekoliko močnejša pri očetih kot materah, medtem ko se je pokazala zmerno močna pozitivna povezanost med telesno dejavnostjo očetov in mater. Pokazala se je tudi statistična pozitivna povezanost med spodbudo staršev in telesno dejavnostjo otrok, ki pa je nekoliko bolj izražena pri spodbudi deklet. Rezultati raziskave so pokazali, da statistično ni značilnih razlik v telesni dejavnosti med otroki iz družin z različnim ekonomskim statusom. Rezultati so pokazali tudi povezavo med telesno dejavnostjo prijateljev, saj so otroci, ki imajo več dejavnih prijateljev, tudi sami bolj telesno dejavni.

Rezultati so torej pokazali, da starši in družina v veliki meri vplivajo na izbiro telesne dejavnosti svojih otrok, posebej deklet. Prav tako lahko trdimo, da telesna dejavnost prijateljev in vrstnikov pozitivno vpliva na telesno dejavnost otrok.

Key words: socialization, social environment, children and adolescents, physical activity, family, peers, influence

THE INFLUENCE OF SOCIAL ENVIRONMENT ON CHILDREN AND ADOLESCENTS PHYSICAL ACTIVITY IN THE LAST THREE YEARS OF ELEMENTARY SCHOOL

Špela Stegne
University of Ljubljana, Faculty of Sport, 2014
Physical Education

Number of pages: 27 Number of tables: 1 Number of pictures: 4 Number of sources: 29

ABSTRACT

The purpose of this degree paper is to research how do the process of socialization and the social environment influence on children and youths' physical activity in the last three years of elementary school. Pupils from elementary schools in Slovenia, girls and boys, aged between 12 and 14 years, were included in the research (the research also includes children aged between 10 and 11 years, since some started schooling earlier, and children who had to take the same year again aged 15). They were included in the ARTOS 2013 research (The Analysis of Development Trends of Children in Slovenia). Altogether the sample includes 1071 children, 609 boy and 462 girls.

To evaluate physical activity and social factors that influence it, we used internationally renowned questionnaire SHAPES (Leatherdale, Manske, Wong and Cameron, 2009), which children and youths filled out through an internet survey. We analyzed the collected data with SPSS program equipment and graphically processed with Excel program.

The research results showed that social environment has a considerable influence on the children and youths' physical activity. The analysis showed a moderately strong statistical connection between parents' influence and child's physical activity, wherein father's influence is stronger than mother's. Both parents influence girls, yet the father's influence is still a bit stronger than mother's, but only father influences boys and even this influence is weak, while mother statistically has no influence on son's physical activity. We can claim a connection between the relation toward sport and physical activity of children and their parents, which is a bit stronger with mothers than with fathers, and children's physical activity and their parent's activity, which is a bit stronger with fathers than with mothers, while the analysis showed a moderately strong positive connection between mother's and father's physical activity. The analysis also showed a statistical connection between parents' encouragement and children's physical activity, which is stronger when it comes to encouraging girls. The research results showed that statistically there are no distinctive differences in physical activity of children from families coming from different economic backgrounds. The results also showed a connection between physical activity of children and their friends' physical activity, since the children who have more active friends tend to be more physically active themselves.

The results showed that parents and family has a heavy influence on the children physical activity, especially girls. It can also be argued that physical activity from friends and peers positively influence the physical activity of children.

KAZALO

1 UVOD.....	7
2 PREDMET IN PROBLEM	9
2.1 Povezanost telesne dejavnosti staršev in otrok.....	9
2.2 Povezanost telesne dejavnosti otrok s telesno dejavnostjo vrstnikov in prijateljev ..	12
3 CILJI IN HIPOTEZE DELA.....	15
3.1 Cilji raziskovanja.....	15
3.2 Hipoteze.....	15
4 METODE DELA.....	16
4.1 Preizkušanci.....	16
4.2 Vzorec spremenljivk.....	16
5 METODE OBDELAVE PODATKOV.....	18
6 REZULTATI	19
6.1 Povezanost telesne dejavnosti staršev s telesno dejavnostjo otrok	20
6.2 Povezanost otrokove dejavnosti s telesno dejavnostjo njihovih prijateljev	20
6.3 Povezanost otrokove telesne dejavnosti s spodbudo in motivacijo staršev	21
6.4 Razlike med vplivom matere in očeta.....	21
6.5 Povezanost ekonomskega statusa staršev s telesno dejavnostjo otrok	21
7 RAZPRAVA	23
7.1 Analiza hipotez.....	23
8 SKLEP.....	26
9 VIRI IN LITERATURA.....	27

KAZALO SLIK

Slika 1: Število izmerjenih otrok glede na starost in spol.....	16
Slika 2: Povprečje dejavnosti na teden v minutah glede na starost in spol	20
Slika 3: število telesno dejavnih prijateljev otrok ločeno glede na spol.....	21
Slika 4: mnenje otrok o denarnem statusu njihovih družin	22

KAZALO TABEL

Tabela 1: Povprečje dejavnosti na teden v minutah glede na starost in spol.....	19
---	----

1 UVOD

Na motivacijo za učenje in pripravljenost otrok za delo vpliva vrsta dejavnikov. Med najpomembnejše zagotovo spada odnos bližnjih, s katerimi otrok živi in dela. Če je ta odnos topel, sprejemajoč in pozitiven, je tudi pripravljenost za delo in sodelovanje toliko večja. Med motivacijska sredstva štejemo vse tiste metode in tehnike, ki vsebujejo dajanje opore in pomoči, spodbujanje, opogumljanje, spodbujanje pozitivnega tekmovanja, sodelovanja, pohvale, nagrade (Končnik Goršič, 2004).

V svetu je vedno več zanimanja in posledično raziskav (Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt in Schaaf, 2007; Leatherdale, Manske, Wong in Cameron, 2009 idr.) namenjeno ugotavljanju socialnih dejavnikov, torej kako na različne stvari (motivacija, razumevanje športa, ukvarjanje s športom, itd.) v otrokovem življenju vplivajo starši, bratje, sestre, sošolci, prijatelji, vrstniki.

Vloga družine kot pomemben dejavnik primarne socializacije na otrokovo telesno dejavnost se zdi nesporna. Raziskava o vključenosti otrok v organizirane dejavnosti mladinskega športa je pokazala, da pri začetnem ukvarjanju s telesno dejavnostjo starši prevzemajo ključno vlogo socializacije (Lewko in Greendorfer, 1988 v Brustad, 1993). Socializacijo opredeljujemo kot proces, skozi katerega se posamezniki učijo sposobnosti, lastnosti, vrednot, stališč, norm in znanj, ki jih dobijo iz okolice (Brustad, 1993).

Socializacija je torej proces, pri katerem se posameznik uči kulture svoje družbe. Primarna socializacija je najvažnejši vidik procesa socializacije in se odvija v času otroštva običajno znotraj družine. S tem, da se otrok odziva na odobravanje in neodobravanje svojih staršev, in s tem, ko jih oponaša, se otrok uči temeljnih obrazcev svoje družbe. Na osebnost delujejo različni zunanji dejavniki, kot so na primer starši, skupina vrstnikov, to je skupina, ki živi v podobnih okoliščinah in je običajno iste starosti, klubski prijatelji, šolski sitem. Znotraj svoje skupine vrstnikov, v interakciji z ostalimi in z igranjem otroških iger, se otrok uči prilagajati veljavnim običajem družbene skupine. S tem se tudi nauči, da življenje v družbi temelji na določenih pravilih (Topič idr., 2007).

Družina je osnovni in najbolj pomemben sistem znotraj katerega otroci in mladostniki rastejo in se družijo. Starši imajo pomembno vlogo pri vseh vidikih življenja svojih otrok in so skupaj s trenerji in vrstniki zelo pomemben dejavnik za telesno dejavnost mladih. Otrok šport najprej razvija v družinskem okolju in je pod vplivom značilnosti družine. Pomen staršev je najbolj očiten v zgodnjih fazah razvoja, saj so najpogostejši vir informacij o športu. Starši dejansko odločajo o otrokovi vključenosti v telesno dejavnost (Milošević in Vesković, 2013), podobno pa Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt in Schaaf (2007) v raziskavi, ki so jo izvedli v Novi Zelandiji, ugotavljajo, da so starši in prijatelji glavni socialni dejavniki, ki vplivajo na telesno dejavnost otrok v času adolescence.

Ukvarjanje s športom je močno vzgojno sredstvo, saj nas nauči, da moramo za dosego dobrega rezultata vztrajno, dosledno in redno vaditi. Nauči nas premagovati napore, težave, krize, uspehe in neuspehe, nauči nas skupinskega dela, dogovarjanja, pomoči znotraj skupine in sodelovanje. Vse to so vrednote, ki jih v

današnjem prehitrem življenjskem ritmu vse bolj pozabljamo, šport pa jih še vedno goji in neguje (Peljhan, 2005). Ukvarjanje s športom v prostem času spada med dejavnosti, ki se razvijejo na podlagi stališč; za tovrstna stališča pa je znano, da se najbolj oblikujejo v obdobju otroštva (Žibert, 2005).

Šport posega v mnoga področja življenja ljudi, v veliki meri tudi na družinsko življenje. Odnos do športa otroci pridobivajo skozi proces primarne socializacije. Družine s športno tradicijo so običajno generator usmerjanja otrok v športno dejavnost. Starši lahko delujejo tudi kontradiktorno, v smislu udejanjenja starševskih ambicij, kar otroci verjetno čutijo kot pritisk in uničenje svojih lastnih sanj. Pomen vpliva staršev ni v zavestnem vplivu na otroke, temveč v splošnem pozitivnem odnosu do športa in v podpiranju ter spodbujanju otrok. Če so starši sami športno dejavni, je še dodaten zgled (Tušak, Tušak in Tušak, 2003).

Takoj, ko se otrok rodi, začne nanj vplivati okolica. Če je okolje, v katerem otrok odrašča, naravnano v prid športa in telesne dejavnosti, potem je otrok na dobri poti, da si ustvari pozitivne vzorce, ki bodo kasneje vplivali na njegov razvoj in življenje (Sallis, Prochaska in Taylor, 2000). Pomen športnega udejstvovanja za telesno in duševno zdravje potrjujejo številne raziskave. pravzaprav je že dolgo znano, da vsakodnevna telesna dejavnost pripomore k boljši kvaliteti življenja, boljšemu počutju, boljši telesni in mentalni kondiciji itd. (Tušak, Tušak in Tušak, 2003; Marinšek, Tušak in Tušak, 2009).

Kje pa se vse to začne oziroma kdo je tisti, ki je glavni »krivec«, da posameznik začne gojiti šport kot sestavni del življenja, kot sredstvo, ki motivira, koristi in tudi osrečuje? Starši kot otrokovi glavni socializatorji imajo gotovo ključno vlogo (Davison, 2004; Tušak idr., 2003).

2 PREDMET IN PROBLEM

2.1 Povezanost telesne dejavnosti staršev in otrok

Socialna podpora za telesno dejavnost se lahko pojavlja v različnih oblikah. Lahko je instrumentalna in direktna (prevoz, plačila prijavnin), čustvena in motivacijska (opogumljanje, hvaljenje) ali opazovanjska (vzorništvo) (Eccles, 1999). Starši torej lahko vplivajo na otrokovo športno udejstvovanje iz več vidikov in sicer kot sredstvo motivacije, spodbude, iz ekonomskega vidika in kakšen je njihov življenjski slog, torej, ali so sami dejavni in se ukvarjajo s športom, kot vzor.

Ena izmed glavnih ovir za otroke, da bi se vključevali v telesno dejavnost, je nezmožnost dostopa do parkov, igrišč, klubov, torej prostorov, kjer bi otroci lahko bili telesno dejavni (Davison, 2004; O'Dea, 2003). Tukaj se socialna podpora pokaže v obliki instrumentalne podpore.

Zavedanje staršev, da naj bodo otroci čim bolj dejavni v zgodnjih letih njihovega odrasčanja, predstavlja otroku trden most k njegovemu kakovostnejšemu preživljanju prostega časa s športnim udejstvovanjem tudi v kasnejših obdobjih življenja (Videmšek, Strah in Stančević, 2001).

Vrsta raziskav kaže, da tudi najbolj preproste oblike in načini ukvarjanja s športnimi dejavnostmi niso neodvisni od ekonomske moči posameznikov. Vse več je takih, ki si zlasti v zgodnjih letih ne morejo privoščiti niti cenениh oblik niti občasne športne dejavnosti. Niti sebi niti svojim otrokom. Redna organizirana, strokovno vodena športna dejavnost, kakor tudi športne dejavnosti, ki zahtevajo dražjo opremo ali plačevanje igrišč, žičnic in podobno, so v preveliki meri in očitno vedno bolj rezervirane za tiste, ki imajo relativno visok ekonomski status. Takih ni malo, nasprotno, z vsakim dnem jih je več (Tušak in Bednarik, 2002).

Eden izmed ključnih dejavnikov vključevanja otrok v športne dejavnosti je torej izobrazbena struktura staršev. Izobrazba je dejavnik, ki vpliva na to, kakšno mnenje imajo starši o športni dejavnosti in posledično na materialni položaj družine. Višja izobrazba v večini primerov nakazuje tudi boljše finančno, ekonomsko stanje družine, ki lahko več nameni za razne pripomočke in s tem otroke dodatno motivira in animira. Privoščijo jim lahko boljše pogoje vadbe in športno opremo (Marinšek, Tušak in Tušak, 2009).

Videmšek, Strah in Stančević (2001) so zapisali: »po podatkih iz študije tneorekreativna dejavnost Slovencev, ki so jo izvedli leta 1999, se več kot 50% družin, sploh ne ukvarja s športom. Pri tem je odločilen omejevalni dejavnik izobrazba staršev, ki hkrati vsebuje ozaveščenost o pomenu športne vzgoje v družini in za to potrebna materialna sredstva.«

Shropshire in Carroll (1997) sta v raziskavi proučevala, kako so določeni socialni dejavniki družinskega življenja povezani z otrokovo voljo po sodelovanju pri športnih dejavnostih. Primaren interes študije je bil namenjen raziskavi dejstva, če se lahko razlike v telesni dejavnosti otrok pripiše ali redni telesni dejavnosti staršev ali

socialno-ekonomskemu statusu. Raziskava je bila opravljena s pomočjo otrok v šestem razredu osnovne šole na podlagi poročila o njihovi udeleženi v športne dejavnosti v tednu pred raziskavo, njihovo dožemanje vpletenosti staršev v redno telesno dejavnost in njihov ekonomski status. Rezultati so pokazali, da je otrokova telesna dejavnost lahko pripisana očetovi telesni dejavnosti in vadbenim navadam, ne pa materini in njenim navadam. Ekonomsko-socialni status naj ne bi vplival na telesno dejavnost otrok ali na njihove vadbene navade.

Raudsepp (2005) je proučeval povezavo med socialno-ekonomskim statusom in mladostnikovo telesno dejavnostjo ter oceniti povezave med materino in očetovo socialno podporo in mladostnikovo telesno dejavnostjo v Estoniji. Pri raziskavi je bilo udeleženih 326 mladostnikov in njihovih staršev. Socialno-ekonomski status in podpora staršev sta bila ocenjena s pomočjo anketnih vprašalnikov. Rezultati so pokazali, da so fantje veliko bolj dejavni kot dekleta in da so se le-ti občutno bolj zgedovali po očetih kot dekleta. Nasprotno pa je bila logistična podpora staršev boljša za njihove hčere. Socialni razred in socialna podpora staršev sta vidno vplivala na telesno dejavnost mladostnikov. Očetovski model je bil najmočnejši indikator mladostnikove telesne dejavnosti. Drugi najmočnejši indikator je bil socialni razred, sledila sta mu očetovska logistična podpora in materinski model. Sklep raziskave je, da sta starševska podpora in socialni razred družine povezana z udeleževanjem estonskih mladostnikov pri telesnih dejavnostih.

Nekatere raziskave so pokazale, da so glavni socializatorji in tisti, ki otroka seznanijo z različnimi športnimi panogami, predvsem očetje. Kalish (2000; v Videmšek, Strah in Stančević, 2002) navaja podatke neke ameriške raziskave, in sicer, da so otroci športno dejavnih mater dvakrat bolj dejavni od tistih otrok, ki imajo športno nedejavne matere. Vpliv očetov je še večji – otroci športno dejavnih očetov so kar 3,5-krat bolj dejavni od otrok, ki imajo športno nedejavne očete. Tisti otroci, ki imajo oba starša dejavna, so najbolj dejavni – celo 6-krat bolj od otrok s športno nedejavnimi starši. Tudi Kropjeva (2000) je ugotovila, da so 4 do 6-letni otroci, ki imajo športno dejavne starše in skupaj z njimi dejavno preživijo počitnice, nasploh športno bolj dejavni (Videmšek, idr., 2001).

Podobno ugotavljata Greendorfer in Lewko (1978), kjer je poglobljena raziskava znotraj družin pokazala, da imajo starši, kot tudi bratje in sestre, pomemben vpliv na telesno dejavnost obeh spolov. Preučevanje vpliva vsakega družinskega člana posebej pa je pokazala, da je le oče služil kot pomemben vpliv na športno sodelovanje otrok.

Namen naslednje študije, ki so jo izvedli na Finskem Yang, Telama in Laakso, (1996), je bil proučiti vpliv staršev na otrokovo udeleževanje v športu in otrokovih kasnejših telesnih dejavnostih. Študija je bila opravljena na naključnem vzorcu 1881 otrok, starih med 9 in 15 let. Vključeni so bili tako fantje kot punce. Sodelovali so v obsežnem raziskovalnem programu "Cardiovascular Risk in Young Finns", ki so ga izvajali leta 1980. Sodelovanje v športu je bilo višje v družinah s športno dejavnimi starši, kot pa v družinah s starši, ki se niso ukvarjali s športom ali starši samohranilci. Povezava med telesno dejavnostjo otroka in njegovim sodelovanjem v športu ter očetovim socialno-ekonomskim statusom se pojavi, vendar na otroke močnejše vpliva očetova telesna dejavnost. Analiza raziskave je pokazala, da je vpliv družine na otrokovo udeleževanje v športu velik. V študiji so ugotovili povezanost z ukvarjanjem

tako s socialno-ekonomskimi dejavniki kot tudi telesno dejavnostjo staršev, predvsem očeta, slednje naj bi tudi najmočneje vplivalo na izbiro športne dejavnosti.

Avtorji naslednje, Bloomove študije, so raziskovali razvoj in manifestacijo nadarjenosti pri mladih. Posamezniki, ki so kazali nadarjenost pri športu, so govorili o dejavnikih, ki so bili relevantni pri razvoju njihovega talenta. V to raziskavo so vključili tudi družinske člane. Rezultati so pokazali, da imajo tako starši kot tudi preostali družinski člani pomemben vpliv na razvoj nadarjenosti pri otroku. Avtorji pa ugotavljajo, da je vloga staršev v posameznih starostnih obdobjih različna. Vključevanje staršev so razdelili na tri faze in sicer na leta vzorčenja, specializacije in investiranja (Cote, 1999).

V obdobju od 6. do 13. leta se naj otroku predstavi različne športne discipline (Cote, 1999). Izbira športa v teh letih ni pomembna, pomembna je le zadostna spodbuda s strani staršev. Otrok se mora pri športu zabavati in nabrati čim več izkušenj (Baker in drugi, 2002). Veliko športnikov se pred specializacijo v določeno športno disciplino ukvarja tudi z drugimi športi. Tako lahko na podlagi izkušenj sami ugotovijo, kateri šport jim najbolj ustreza, seveda jim pri tem lahko z nasveti pomagajo tudi starši (Cote, 1999).

V letih, ki so pomembna za primerjavo z našo študijo (od 13 do 15 leta starosti), nastopi specializacija. Tukaj so potrebni večji finančni vložki staršev, saj je potrebno najti profesionalne trenerje, boljšo opremo in športne pripomočke. Mladostniki v času adolescence se ukvarjajo največ z dvema oziroma enim športom. S tem, ko razvijajo sposobnosti in znanje, se njihova motivacija za izbrani šport še poveča, kljub vsemu pa je zabava še vedno eden izmed ključnih dejavnikov motivacije za ukvarjanje s tem športom (Baker in drugi, 2002).

Pri izbiri športa imajo pomembno vlogo tudi preostali člani družine. Veliko otrok za ukvarjanje s športom navdušijo bratje in sestre, ki so se tudi sami ukvarjali s tem športom. »Glavni razlog za specializacijo je v pozitivnih izkušnjah, ki so jih otroci pridobili v športu, kar naj bi jim omogočili starši. Starši v tem obdobju otrokovega življenja še vedno v ospredje postavljajo izobraževanje. Šport se obravnava kot dejavnost, s katero se ukvarjajo v prostem času« (Tušak idr., 2003).

Starši se tako finančno kot tudi časovno zavežejo športu svojega otroka. Visoki stroški močno vplivajo na vsakodnevno rutino družinskega življenja. Mnoge predhodno navedene raziskave ugotavljajo, da je družinski prihodek ključni dejavnik pri otrokovem vključevanju v šport. Rezultati nekaterih drugih raziskav pa kažejo, da tisti starši, ki so predani športu svojega otroka, priskrbijo finančna sredstva, s tem pa pogosto žrtvujejo svoje interese. To priča o tem, da ekonomski status staršev ni vedno tisti omejitven dejavnik, ali se bo otrok ukvarjal z nekim športom ali ne. Starši se tudi sami pogosto navdušijo nad športom, kateremu se mu otrok posveti (Cote, 1999).

Duncan (1997) je v svojih intervjujih med drugim ugotovil tudi to, kakšno vlogo staršev pri razvoju športne poti vidijo športniki sami. Vse skupine vrhunskih športnikov so bile soglasne glede mnenja, da je vloga njihovih staršev instrumentalnega pomena pri doseganju uspeha. Nudili naj bi jim predvsem moralno in finančno ter praktično podporo, in sicer za zagotavljanje potrebne opreme,

prevozov na treninge in tekme. Pozitivna vloga staršev v športu se torej nanaša na starševsko podporo in spodbudo, pri čemer morata obe prihajati v zmerni oziroma primerni količini, saj je najpogostejša napaka staršev prav prevelika ali premajhna vpletenost v šport (Tušak, idr.).

Večina raziskav torej dokazuje, da na otrokovo telesno dejavnost vplivajo naslednji segmenti: motivacija in spodbuda s strani staršev, izobrazbena struktura staršev in posledično tudi ekonomski status družine, športna dejavnost staršev in njihova ozaveščenost o pozitivnih učinkih športa, telesna dejavnost prijateljev in njihova motivacija.

De Guzman (2007) navaja, da odnos s starši ni nujno ogrožen z odnosom vrstnikov. Med adolescenco se odnosi med starši in mladostniki nekoliko spremenijo, vsekakor pa otroci ne zavržejo mnenja staršev. V teh letih postanejo bolj avtonomni in že imajo vlogo odraslega. Začnejo razvijati svoje ideje in živeti samostojno življenje. Več časa začnejo preživljati s prijatelji in jih tudi bolj cenijo in vrednotijo, kot so jih včasih. Zato se mogoče zdi, da začnejo svoje starše odrivati in zavračati njihove poglede na svet. Pravzaprav najstniki ne prekinjajo vezi, temveč se ponovno soočajo z odnosom med staršem in otrokom. To pomeni, da začnejo spreminjati ta odnos tako, da vanj vključujejo vse več svoje samostojnosti in odraslosti. Normalno je, da se s procesom odraščanja najstnika njegov odnos s starši spreminja.

Četudi se zdi, da v adolescenci na otroke najbolj vplivajo vrstniki, so starši še naprej tisti člen, ki bi naj najbolj vplival na otroke v njihovem življenju. Kljub strahovom, ki jih imajo starši o svojih otrocih, da bodo zavračali njihove vrednote in prepričanja, so prav oni še vedno tisti, ki imajo pomemben vpliv. Otroci imajo podobna prepričanja o politiki, veri in splošna prepričanja kot njihovi starši, ki so v njihovih očeh pomemben in vpliven člen življenja. Mladostniki, ki imajo pozitiven odnos s svojim starši, imajo boljše odnose s prijatelji in prav tako z vrstniki (de Guzman, 2007).

2.2 Povezanost telesne dejavnosti otrok s telesno dejavnostjo vrstnikov in prijateljev

V adolescenci se otrokov razvoj vedno manj vrti okrog družine in vedno bolj okrog prijateljev. Ti igrajo v njegovem življenju zelo pomembno vlogo. Prijateljstvo je lahko vir dragocenih nauk. Med prijatelji se mladostnik uči ravnati z drugimi ljudmi in se prilagajati skupnosti. Mladostniki se po eni strani na vso moč trudijo, da ne bi nikomur pripadali, še posebej ne družini, po drugi strani pa čutijo močno potrebo po pripadnosti svojim vrstnikom. Vključitev v krog neke skupine mladostnikov jim daje občutek pripadnosti in varnosti. Pri tem se mladostniki s svojo skupino močno poistovetijo. Vpliv vrstnikov v skupini je večji v adolescenci kot v otroškem obdobju. Starši imajo večji vpliv pri adolescentovih temeljnih življenjskih vrednotah in pri izobraževanju, vrstniki pa bolj pri vsakodnevnih stvareh, kot so načini oblačenja, okus za glasbo, izbira prijateljev ... (Sebald, 1986, v Doupona in Petrovič, 2007). Isto pravi tudi Tušak s sodelavci (2003), v adolescenci, ko se začne proces individualizacije, začnejo mesto staršev, kot najpomembnejših referenčnih oseb prevzemati vrstniki in postopno postajajo vedno bolj pomembni. Kljub temu pa ostaja družina pomembna

kot del aktualnih mladostnikovih medosebnih odnosov in konteksta doseganja medosebnega razvoja.

Dejavnik, ki lahko vpliva na dejavnost mladostnikov, je torej socialni kontekst. Bolj verjetno je, da bodo mladostniki dejavni v družbi vrstnikov in prijateljev kot sami, saj telesne dejavnosti mladostnikov običajno vključujejo dejavnosti, za katere je potrebno več udeležencev. Narava teh dejavnosti je razpeta med organiziranimi športi in spontanimi telesnimi dejavnimi dejavnostmi (Pelligrini, Blatchfors, Kato in Baines, 2004; Pelligrini in Smith, 1998). Vrstniški odnosi ponujajo pomembne priložnosti za razvoj prijateljstev in rekreacije (Bukowski, Hoza, in Bolvin, 1994) ter možnost za telesne dejavnosti kot alternativo pretiranemu uživanju hrane in nedejavnim življenjskim navadam. Mladostniki, za katere vemo, da imajo večjo družbo vrstnikov, so tudi bolj telesno dejavni (Beets, Vogel, Forlaw, Pitetti, in Cardinal, 2006; Duncan, Duncan, in Strycker, 2005; Salvy in drugi, 2008). Pojavijo pa se tudi dokazi, da je sodelovanje v športni ekipi s prijateljem povezano s povečano telesno dejavnostjo v adolescenci (Voorhees in drugi, 2005). Družba, ki jo ustvari prijateljstvo, je povezana s pozitivnimi učinki med telesno dejavnostjo in z izbiro sodelovanja v telesnih dejavnostih med adolescenti (De Bourdeaudhuij in drugi, 2005; Duncan, 1993; Duncan in drugi, 2005).

Vpliv vrstnikov je veliko bolj zapleten kot je stereotip družbe, in sicer da vrstniki negativno vplivajo na obnašanje otrok, saj je lahko vpliv tako pozitiven kot tudi negativen. Medtem ko smo nagnjeni k razmišljanju, da medsebojni vpliv vodi najstnike k nezdravim in nevarnim vedenjem, lahko dejansko motivira mlade za večjo angažiranost učenja v šoli, prostovoljstva pri različnih akcijah v šolah in sodelovanje pri športnih in drugih produktivnih vedenjih. Kot drugo, vplivanje na neko osebo ni preprost proces, kjer bi bili mladostniki pod pasivnim vplivom drugih. V bistvu vrstniki, ki postanejo prijatelji, običajno že imajo veliko skupnih stvari. Vrstniki s podobnimi interesi, podobnim akademski ugledom, in tisti, ki uživajo v ukvarjanju z istimi stvarmi, običajno privlačijo drug drugega. Medtem ko se zdi, da so najstniki in njihovi prijatelji postali zelo podobni drug drugemu preko medsebojnega vpliva, je bilo veliko te podobnosti prisotne že na začetku (De Guzman, 2007).

Dosedanje raziskave športne motivacije mladostnikov se v glavnem osredotočajo na vpliv odraslih (staršev, trenerjev in učiteljev športne vzgoje), medtem ko vpliv vrstnikov ni bil deležen tolikšne pozornosti. Tega je škoda, saj tako odrasli kot vrstniki lahko vplivajo na motivacijo mladih športnikov (Carr, Weigand in Jones, 2000; Weigand, Carr, Petherick, & Taylor, 2001). Veliko raziskovalcev v preteklosti govori o pomanjkanju empiričnih dokazov za vpliv vrstnikov v kontekstu telesnih dejavnosti, se je pa nekaj raziskav v zadnjem desetletju osredotočilo ravno na prej omenjen problem (Burstad, Babkes, & Smith, 2001; Ntoumanis, & Biddle, 1999; Smith, 2003).

Bežen pregled literature pokaže, da je bilo izvršenih le nekaj študij o vplivu vrstnikov v športu mladostnikov. Vrstniki zagotovo lahko znatno vplivajo na otrokovo motivacijo. Vrstniki postanejo zelo vplivni v zgodnji adolescenci (Burstad in drugi, 2001) in imajo znaten vpliv na otrokovo motivacijo. Obstaja pa literatura, ki govori, da imajo vrstniške skupine v mladostniškem športu velik pomen in postajajo vedno bolj pomembne, ko otroci odraščajo. Če pogledamo, na primer telesne sposobnosti, mlajši otroci (pod 10 let) kažejo željo po povratnih informacijah o njihovih kompetencah s strani odraslih, medtem ko sta v poznem otroštvu in zgodnji adolescenci osrednja vira o njihovih sposobnostih primerjanje z vrstniki in povratne

informacije, ki jih dobijo od njih (Horn & Weiss, 1991; Weigand in drugi, 2001). Isto ugotavlja Eccles (1999), medtem ko starši ohranjajo vpliv na mladostnikov zdrav življenjski slog, se vpliv vrstnikov večja skozi čas.

Namen naslednje študije je bila identifikacija strukture in dimenzij, ki jih povzroča vrstniško okolje v mladostniškem športu. Skupno je bilo najdenih 11 dimenzij motivacije, ki jih da pristnost vrstnikov: izboljšanje, enakovredna obravnava, medsebojna podpora, napake, sodelovanje, trud, tekmovanje znotraj istih ekip, normativne sposobnosti, avtonomna podpora, ocenitev sposobnosti in konflikti znotraj istih ekip. Večina teh dimenzij (trud, izboljšanje) so bile pred tem identificirane kot motivacija, ki so jo ustvarili odrasli. Identifikacija z različnimi dimenzijami vrstniške motivacije je pomembna, saj so lahko tako odrasli kot vrstniki, ključni za motivacijo in dejavnosti mladih športnikov (Brustad in drugi, 2001; Carr in drugi 2000; Vazou in Ntoumanis, 2005).

Salvy, Roemmich, Bowker, Romero, Stadler in Epstein (2009) so raziskovali vpliv in motivacijo vrstnikov in prijateljev na telesno dejavnost mladostnikov. Motivacija mladostnikov za telesno dejavnost kot funkcijo socialnega konteksta je bila izmerjena s pomočjo računalniške relativne pomenske vrednostne naloge, v kateri so si prislužili točke za telesno dejavno in/ali telesno pasivno dejavnost. Vpliv so testirali na otrocih s prekomerno telesno težo in otrocih z normalno telesno težo. V študiji so ocenjevali motivacijo mladostnikov za telesno dejavnost, torej kako zelo si mladostniki želijo biti telesno dejavni in njihovo dejansko telesno dejavnost, ki so jo merili s prekolesarjeno razdaljo. Študija je bila izpeljana v treh različnih socialnih kontekstih. V prvem kontekstu so bili mladostniki sami, v drugem v družbi z nepoznanimi vrstniki, v tretjem pa v družbi prijatelja. Med udeleženci je bilo 44 fantov in 44 deklet med 12 in 14 letom starosti. Izsledki kažejo, da je prisotnost prijatelja povečala motivacijo za telesno dejavnost, saj so mladi prekolesarili večjo razdaljo ob prisotnosti prijatelja kot sami. Prisotnost vrstnika je povečala telesno dejavnost pri otrocih s prekomerno telesno težo, medtem ko vrstniki niso vplivali na dejavnost pri otrocih z normalno telesno težo. Udeleženci so prekolesarili večjo razdaljo v prisotnosti prijatelja kot takrat, ko so kolesarili sami. Raziskava je torej pokazala, da prijatelji povečujejo mladostnikovo motivacijo za telesno dejavnost tako pri otrocih z normalno telesno težo kot tudi tistih s prekomerno.

Naslednja študija je preučevala razmerje med vzpostavljenimi socialno-motivacijskimi dejavniki in vsakodnevnimi nivoji telesne dejavnosti ter telesno dejavnostjo med športno vzgojo. V študiji je sodelovalo skupno 307 šolarjev (149 fantov in 158 deklet) iz primestne javne sole južnega dela ZDA. Udeleženci so izpolnjevali standardiziran vprašalnik, ki je meril socialno-motivacijske faktorje. Njihovi nivoji telesne dejavnosti med športno vzgojo in eno-tedenski nivoji telesne dejavnosti so bili ocenjeni v dveh tednih. Rezultati so pokazali, da so otrokova samoučinkovitost med telesno dejavnostjo, veselje, predvsem pa podpora prijateljev ob športni dejavnosti, pomembni napovedniki nivoja njihove dnevne telesne dejavnosti (Ning, Gao in Lodewyk, 2012).

3 CILJI IN HIPOTEZE DELA

3.1 Cilji raziskovanja

V diplomskem delu bom raziskovala, kako vplivajo različni socialni dejavniki na telesno dejavnost otrok in mladine, stare od 12 do 14 let. Osredotočila se bom predvsem na vpliv staršev (ekonomski položaj, njihova telesna dejavnost, spodbuda) ter prijateljev.

3.2 Hipoteze

H1: Otroci in mladostniki, katerih starši so bolj telesno dejavni, so tudi sami bolj telesno dejavni.

H2: Izbira športne dejavnosti otroka ali mladostnika je pozitivno povezana z izbiro športne dejavnosti njihovih prijateljev.

H3: Otroci in mladostniki, ki imajo večjo spodbudo s strani staršev, so bolj telesno dejavni.

H4: Očetje imajo na telesno dejavnost otrok večji vpliv kot matere.

H5: Višji ekonomski status staršev pozitivno vpliva na telesno dejavnost otrok in mladostnikov.

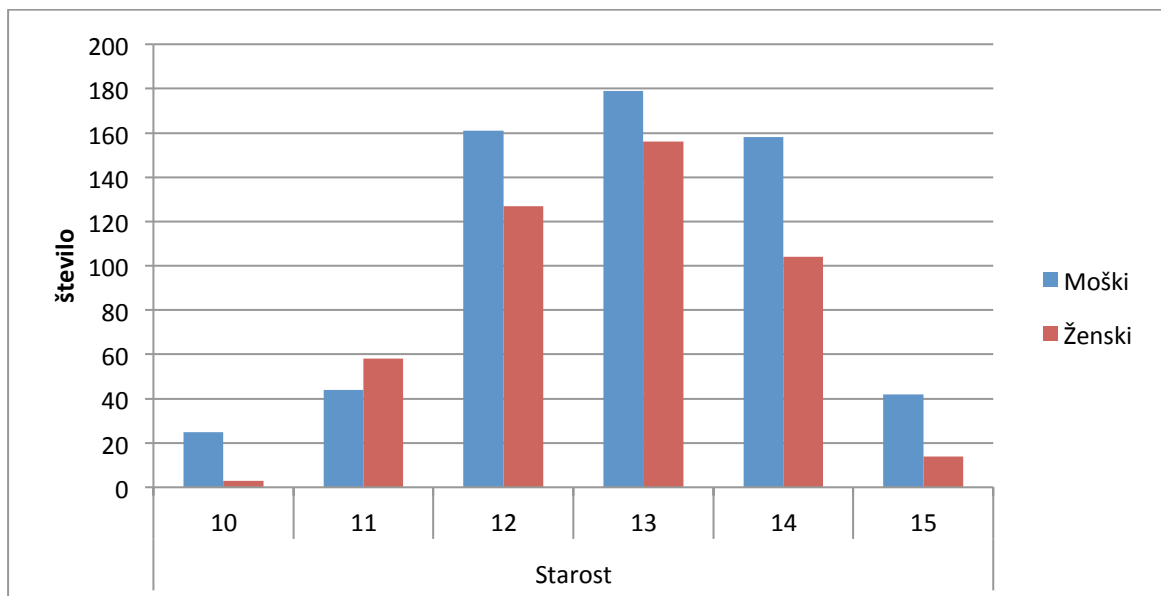
4 METODE DE LA

4.1 Preizkušanci

Vzorec vključuje učence in učenke 11 osnovnih šol iz Slovenije, starih od 12 do 14 let, ki so bili vključeni v raziskavo ARTOS 2013 (Analiza razvojnih trendov otrok v Sloveniji).

Raziskava je ena izmed najdaljših longitudinalnih raziskav v Sloveniji in proučuje povezanost otrokovega gibalnega razvoja z njegovimi telesnimi dimenzijami, funkcionalnimi kapacitetami, konativnimi in kognitivnimi dimenzijami in dimenzijami socialnega statusa in okolja, ki skupaj opredeljujejo zdravje in kvaliteto življenja. V raziskavi sodeluje tudi veliko drugih inštitucij.

V vzorec je skupno zajetih 1071 otrok. Kot lahko razberemo iz grafa (Slika 1), je izbrani vzorec preizkušancev v veliki meri sestavljen iz otrok starih 12, 13 in 14 let, teh je skupno 885, kar je 82,6% celotnega vzorca. Če pogledamo razmerje med fanti in dekleti je razmerje nekoliko neenakovredno, saj je od skupno 1071 otrok od tega 609 fantov, kar predstavlja 56,9% celotnega vzorca in 462 deklet (43,1%). Povprečna starost otrok, ki so sodelovali v raziskavi je 12,8 let.



Slika 1: Število izmerjenih otrok glede na starost in spol

4.2 Vzorec spremenljivk

Za ugotavljanje povezanosti med telesno dejavnostjo otrok in njihovimi starši smo uporabili naslednje spremenljivke: spol, starost, telesna dejavnost otrok, telesna dejavnost staršev, denarni položaj staršev in spodbuda staršev. Spremenljivko

telesne dejavnosti otrok smo izračunali s seštevkom zmerne in visoko intenzivne telesne dejavnosti med tednom in vikendom.

Za ugotavljanje povezanosti med telesno dejavnostjo otrok z njihovimi prijatelji smo uporabili spremenljivko števila telesno dejavnih prijateljev.

5 METODE OBDELAVE PODATKOV

Za oceno telesne dejavnosti in socialnih dejavnikov, ki vplivajo nanjo, smo uporabili mednarodno priznan in preverjen vprašalnik SHAPES (Leatherdale, Manske, Wong in Cameron, 2009), ki so ga otroci in mladostniki izpolnjevali prek spletne ankete.

Meritve so bile izvedene v mesecu septembru in oktobru 2013 na 11 osnovnih šolah po vsej Sloveniji (Jurak, Kovač in Starc, 2013), v raziskavo pa so bili vključeni otroci in mladostniki, katerih starši so z vključitvijo soglašali.

Podatke, ki smo jih zbrali, smo analizirali s pomočjo programske opreme SPSS ter jih grafično obdelali s programom Excel. Povezanost telesne dejavnosti otrok in staršev, izbire športne dejavnosti otrok in njihovih prijateljev ter povezanost vpliva očetov in mater na telesno dejavnost smo preverili s Pearsonovim koeficientom korelacije. Razlike v telesni dejavnosti glede na spodbude staršev in njihov ekonomski status smo preverili z analizo variance (one-way ANOVA).

6 REZULTATI

Rezultati in njihova analiza si sledijo v zaporedju v sklopih, kot so podane hipoteze v diplomski nalogi.

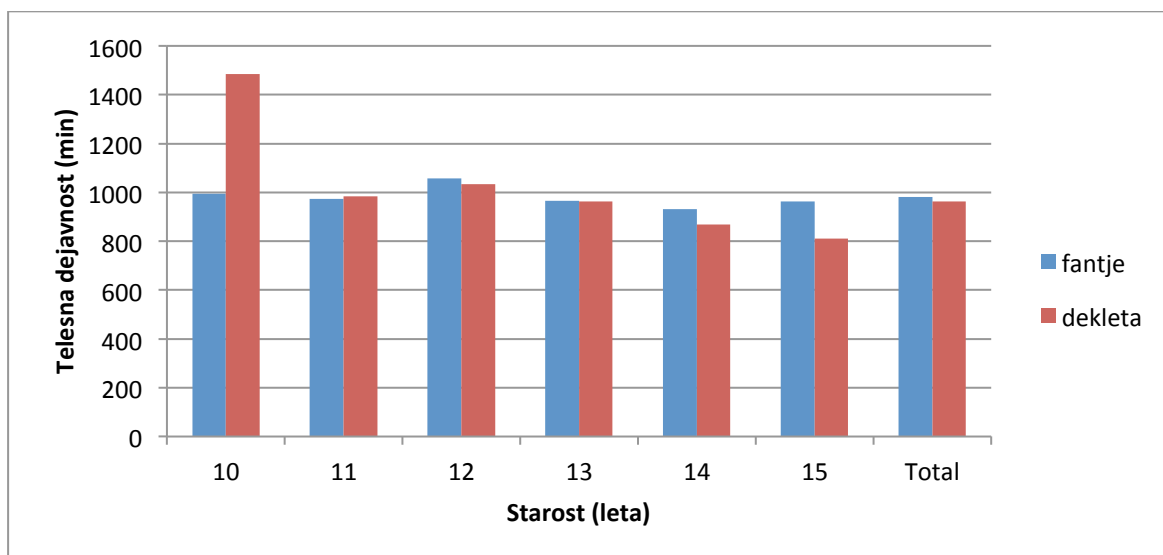
V vprašalniku, ki so ga izpolnjevali otroci, smo spraševali po njihovem spolu, starosti, izobrazbeni strukturi staršev, delovnem mestu staršev, ekonomskem položaju družine, telesni dejavnosti anketirancev v minutah, o telesni dejavnosti njihovih prijateljev in pa spodbudi s strani staršev oziroma skrbnikov

Iz tabele (Tabela 1) spodaj lahko razberemo povprečno telesno dejavnost na teden glede na spol v minutah. Anketirance smo spraševali po zahtevnih in zmernih telesnih dejavnostih. Med zahtevne telesne dejavnosti smo umestili tek, ekipni športi, hiter ples, preskakovanje kolebnice in vse ostale telesne dejavnosti, pri katerih občutijo povečan srčni utrip in se močno zadihajo. Med zmerne telesne dejavnosti pa smo vključili dejavnosti nižje intenzivnosti kot so hoja, kolesarjenje ali rolanje v šolo, pri katerih se rahlo zadihajo. Spraševali smo po telesni dejavnosti med športno vzgojo, med odmori, po šoli, popoldan, zvečer in v prostem času med tednom in med vikendom.

Vidimo lahko, da so najbolj dejavna dekleta stara 10 let. Pri fantih so najbolj telesno dejavni 12-letniki. Skupno največ časa tedensko posvetijo telesni dejavnosti 12-letna dekleta in fantje. Fantje so nekoliko bolj dejavni kot dekleta. Za lažjo predstavbo so podatki podani še v obliki grafa spodaj (Slika 2).

Tabela 1: Povprečje dejavnosti na teden v minutah glede na starost in spol

starost	fantje	dekleta	skupaj
10	994,2	1.485,3	1.046,8
11	973,9	983	979,0
12	1.056,9	1.032,7	1.046,2
13	964,7	963,9	964,4
14	932,3	868,5	907
15	963,1	810,2	924,9
skupaj	982,4	962,5	973,8



Slika 2: Povprečje dejavnosti na teden v minutah glede na starost in spol

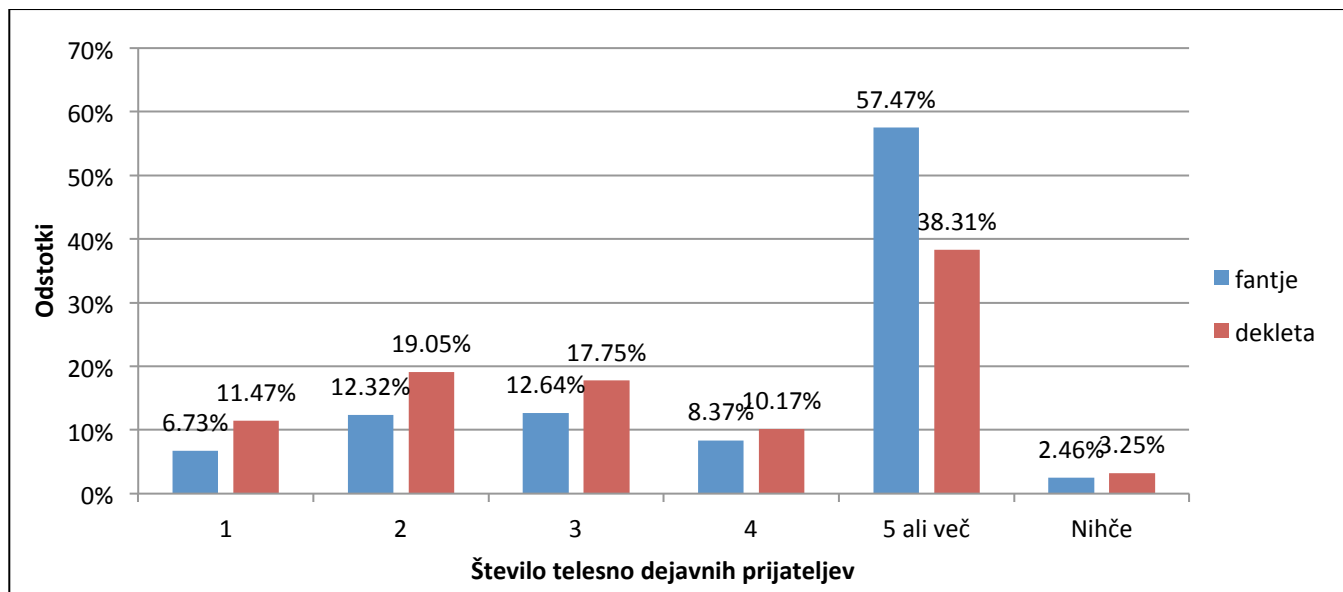
6.1 Povezanost telesne dejavnosti staršev s telesno dejavnostjo otrok

Obstaja šibka statistična povezanost med telesno dejavnostjo otrok in staršev, ki je nekoliko močnejša pri očetih ($r(1071) = 0,103$, $p = 0,001$) kot materah ($r(1071) = 0,079$, $p = 0,01$), medtem ko se je pokazala zmerno močna pozitivna povezanost med telesno dejavnostjo očetov in mater ($r(1071) = 0,482$, $p < 0,001$).

6.2 Povezanost otrokove dejavnosti s telesno dejavnostjo njihovih prijateljev

Z analizo variance smo preverili, kakšen je vpliv števila telesno dejavnih prijateljev na telesno dejavnost otroka. Na stopnji $p < 0,05$ se je pokazal statistično značilni vpliv števila telesno dejavnih prijateljev na telesno dejavnost [$F(5, 1065) = 5,609$, $p = 0,000$], Games-Howellov post-hoc test pa je pokazal, da so otroci, ki imajo tri telesno dejavne prijatelje, statistično značilno več dejavni ($M = 1007,97$, $SD = 465,02$) od tistih, ki imajo le enega ($M = 820,46$, $SD = 547,59$), ravno tako pa so bili od njih več dejavni tudi tisti, ki imajo 5 ali več telesno dejavnih prijateljev ($M = 1037,83$, $SD = 566$). Slednji so bili več telesno dejavni tudi od tistih, ki imajo le dva telesno dejavna prijatelja ($M = 881,27$, $SD = 491,86$).

Kako so otroci odgovorili na vprašanje, koliko izmed njihovih najboljših prijateljev/prijateljic je telesno dejavnih, lahko razberemo iz spodnjega grafa (Slika 3). Vidimo lahko, da je največ otrok odgovorilo, da je izmed vseh njihovih prijateljev telesno dejavnih 5 ali več prijateljev. Od tega je ta odgovor podalo kar 57,5% fantov in 33,3% deklet. Vidimo pa lahko tudi, da imajo fantje nekoliko bolj dejavne prijatelje od deklet.



Slika 3: Število telesno dejavnih prijateljev otrok ločeno glede na spol

6.3 Povezanost otrokove telesne dejavnosti s spodbudo in motivacijo staršev

Obstaja statistična pozitivna povezanost med spodbudo staršev in telesno dejavnostjo otrok [$r(1071) = 0,121, p = 0,000$], ki je nekoliko bolj izražena pri spodbudi deklet [$r(462) = 0,133, p(0,004)$] kot fantov [$r(609) = 0,112, p = 0,006$].

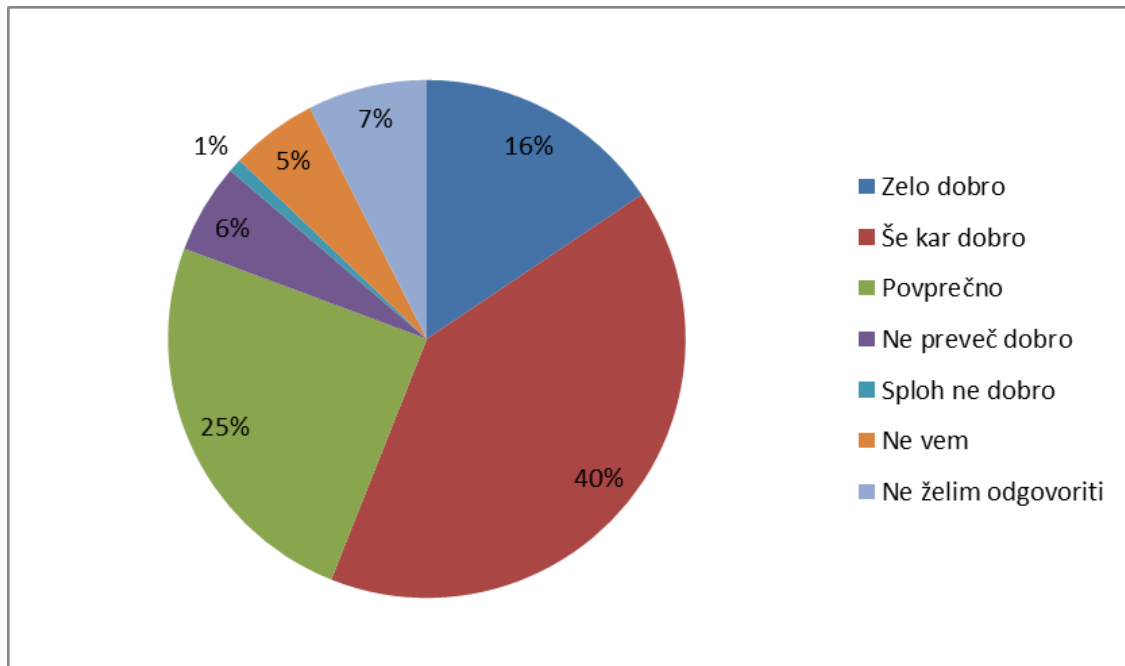
6.4 Razlike med vplivom matere in očeta

Obstaja statistična povezanost vpliva staršev na otrokovo telesno dejavnost, pri čemer ima večji vpliv oče [$r(1071) = 0,128, p = 0,006$] kot mati [$r(1071) = 0,132, p = 0,004$]. Medtem, ko imata pri dekletih vpliv oba starša, a vseeno oče nekoliko višjega [$r(462) = 0,128, p = 0,006$] kot mati [$r(462) = 0,132, p = 0,004$], ima na fante vpliv le oče in še tega šibkega [$r(609) = 0,087, p = 0,031$]. Mati [$r(609) = 0,043, p = 0,29$] nima statistično značilnega vpliva na telesno dejavnost sinov.

6.5 Povezanost ekonomskega statusa staršev s telesno dejavnostjo otrok

Graf spodaj kaže odgovore otrok na vprašanje: »Kaj meniš, kako dobro (denarno) gre tvoji družini - presodi v razmerju do tvojih vrstnikov?« Kot lahko vidimo, je največ otrok - 433, kar predstavlja 40,4% celotnega vzorca, mnenja, da je ekonomski, torej denarni položaj njihove družine še kar dober v primerjavi z njihovimi vrstniki. 264

(24,6%) otrok je mnenja, da gre njihovi družini povprečno in 167 (15,6%) jih je mnenja, da gre njihovi družini zelo dobro.



Slika 4: Mnenje otrok o denarnem statusu njihovih družin

Z analizo variance smo preverili, kakšen je vpliv ekonomskega statusa staršev na telesno dejavnost otroka. Na stopnji $p < .05$ se je pokazalo, da ni statistično značilnih razlik v telesni dejavnosti med otroki iz družin z različnim ekonomskim statusom [$F(6, 1064) = 1238, p = 0,284$]. Primerjava med telesno dejavnostjo otrok z ekonomskim stanjem njihovih staršev je torej pokazala, da le-ta nima vpliva na ukvarjanje s športom.

7 RAZPRAVA

Cilj naše raziskave je bil, da raziščemo različne vplive socialnega okolja na telesno dejavnost otrok in mladine v Sloveniji. Naš glavni cilj pa je bil proučiti vplive socialnega okolja, to je družine, predvsem staršev (njihov ekonomski status, motivacija, njihova telesna dejavnost), prijateljev in vrstnikov na otrokovo in mladostnikovo ukvarjanja s športom. Temu primerno so bile tudi zastavljene hipoteze.

7.1 Analiza hipotez

H1: Otroci in mladostniki, katerih starši so bolj telesno dejavni, so tudi sami bolj telesno dejavni.

Rezultati raziskave so pokazali, da obstaja šibka statistična povezanost med odnosom do športa in telesno dejavnostjo otrok in njihovih staršev, ki pa je nekoliko močnejša pri očetih kot materah, medtem ko se je pokazala zmerno močna pozitivna povezanost med telesno dejavnostjo očetov in mater. Raziskava je torej potrdila, da telesna dejavnost staršev pozitivno vpliva na odnos otrok do športa in njihove telesne dejavnosti. H1 tako *ne moremo ovreči*.

Iz tega lahko trdimo, da obstaja povezanost med odnosom staršev do športa in odnosom in ukvarjanjem njihovih otrok. Učenci, katerih starši so bolj telesno dejavni, so tudi sami bolj dejavni. Podobno ugotavljajo tudi v raziskavi, ki so jo izvedli na Finskem na Univerzi Jyväskylä (Yang, Telama in Laakso, 1996) na oddelku za športno vzgojo. Rezultati njihove raziskave so prav tako pokazali, da je bilo sodelovanje v športu višje v družinah s športno dejavnimi starši, kot pa v družinah s starši, ki se niso ukvarjali s športom. Shropshire in Carroll (1997) ugotavljata, da je otrokova telesna dejavnost lahko pripisana očetovi telesni dejavnosti in vadbenim navadam, ne pa materini in njenim navadam. Podobno ugotavlja Raudsepp (2005), katerega analiza rezultatov je pokazala, da je očetovski model najmočnejši indikator mladostnikove telesne dejavnosti. Prav tako Greendorfer in Lewko (1978) ugotavljata, da imajo starši, kot tudi bratje in sestre, pomemben vpliv na telesno dejavnost obeh spolov. Preučevanje vpliva vsakega družinskega člana posebej pa je pokazala, da je le oče služil kot pomemben vpliv na športno sodelovanje otrok.

H2: Izbira športne dejavnosti otroka ali mladostnika je pozitivno povezana z izbiro športne dejavnosti njihovih prijateljev.

Analiza je pokazala, statistično značilen vpliv števila telesno dejavnih prijateljev na telesno dejavnost otroka. Ugotovili smo, da so otroci, ki imajo tri telesno dejavne prijatelje, statistično značilno več dejavni od tistih, ki imajo le enega, ravno tako pa so bili od njih več dejavni tudi tisti, ki imajo 5 ali več telesno dejavnih prijateljev. Slednji so bili več telesno dejavni tudi od tistih, ki imajo le dva telesno dejavna prijatelja. S temi rezultati torej H2 *ne moremo ovreči*.

Ugotovili smo torej, da so vrstniki in prijatelji v tem mladostniškem obdobju oziroma v obdobju odraščanja velik vir socialne podpore in imajo pomembno vlogo pri izbiri

telesne dejavnosti in tudi frekvenco ukvarjanja z izbrano dejavnostjo. Sklepamo, da je temu tako, ker mladi s tem zadovoljijo eno izmed osnovnih potreb in sicer potrebo po pripadnosti in druženju. Podobno ugotavljajo tudi Ning, Gao in Lodewyk (2012), katerih rezultati raziskave so pokazali, da so otrokova samoučinkovitost med telesno dejavnostjo, veselje, predvsem pa podpora prijateljev ob športni dejavnosti, pomembni napovedniki nivoja njihove dnevne telesne dejavnosti.

H3: Otroci in mladostniki, ki imajo večjo spodbudo s strani staršev, so bolj telesno dejavni.

Pokazala se je statistična pozitivna povezanost med spodbudo staršev in telesno dejavnostjo otrok, ki pa je nekoliko bolj izražena pri spodbudi deklet. H3 torej *ne moremo ovreči*.

Enako ugotavlja Raudsepp (2005) v raziskavi, ki so jo izvedli v Estoniji kjer so ugotovili, da je logistična podpora staršev boljša, ko se je šlo za njihove hčere. Ugotovitve naše raziskave sovpadajo z ugotovitvami drugih raziskav izvedenih v preteklosti. Isto ugotavlja Saje (2002); podpora, zgled in zainteresiranost staršev so vedno najboljša motivacija otrok. Kropjeva (2002) ugotavlja, da športno dejavnejši starši spodbujajo otroka k večji športni dejavnosti ter da matere bolj skrbijo za spodbujanje otrokovega športnega udejstvovanja kot očetje. Podobne ugotovitve ima v svoji raziskavi tudi Brustad (1993). Spodbuda s strani staršev je povezana z telesno dejavnostjo otrok, saj večja spodbuda pomeni večjo telesno dejavnost. Zdi se, da starši, ki dajejo otrokom večjo spodbudo ustvarjajo tudi več priložnosti za otroke, da so telesno dejavni in tudi pričakujejo večje telesne zmožnosti svojih otrok

H4: Očetje imajo na telesno dejavnost otrok večji vpliv kot matere.

Analiza je pokazala, da obstaja zmerno močna statistična povezanost vpliva staršev na otrokovo telesno dejavnost, pri čemer ima večji vpliv oče kot mati. Medtem ko imata pri dekletih vpliv oba starša, a vseeno oče nekoliko višjega kot mati, ima na fante vpliv le oče in še tega šibkega. Mati statistično nima vpliva na telesno dejavnost sinov. Ugotovitve so torej pokazale, da H4 *ne moremo ovreči*.

Če primerjamo rezultate naše raziskave z ugotovitvami drugih raziskav, lahko vidimo, da podobno ugotavlja mnogo raziskovalcev. Podobno ugotavljajo v raziskavi iz leta 1997, katere rezultati so pokazali, da je otrokova telesna dejavnost lahko pripisana očetovi telesni dejavnosti in vadbenim navadam, ne pa materini in njenim navadam. Prav tako podobno ugotavljata Kalish (2000; v Tušak idr., 2003) in Kropjeva (2000). Greendorfer in Lewko (1978) ugotavljata, da je le oče služil kot pomemben vpliv na športno sodelovanje otrok. Nekoliko odstopajo rezultati Raudseppove (2005) raziskave, ki so pokazali, da so fantje občutno bolj dejavni kot dekleta in da so se le ti občutno bolj zgledovali po očetih kot dekleta. Nasprotno pa je bila logistična podpora staršev boljša, ko se je šlo za njihove hčere. Očetovski model je bil najmočnejši indikator mladostnikove telesne dejavnosti.

H5: Višji ekonomski status staršev pozitivno vpliva na telesno dejavnost otrok in mladostnikov.

Na stopnji 5% tveganja je analiza pokazala, da ni statistično značilnih razlik v telesni dejavnosti med otroki iz družin z različnim ekonomskim statusom. H5 tako *ne moremo potrditi*.

Do podobnih ugotovitev sta prišla tudi Shropshire in Carroll (1997), ki sta ugotovila, da ekonomsko socialni status naj ne bi vplival na telesno dejavnost otrok ali na njihove vadbene navade. Davison (2004) pa ugotavlja, da je ena izmed glavnih ovir za otroke, da bi se vključevali v telesno dejavnost nezmožnost dostopa do parkov, igrišč, klubov, torej prostorov, kjer bi otroci lahko bili telesno dejavni, kar naj bi bila posledica slabega ekonomskega stanja družine. Razlike v raziskavah so lahko med drugim posledica različnega okolja, kjer otroci živijo, saj je nekaterim zaradi bližine športnih objektov lažje obiskovati organizirane telesne dejavnosti, saj tako niso odvisni od transporta. Medtem ko so nekateri, ki so odvisni od prevoza, že tukaj bolj odvisni od ekonomske podpore staršev. Predlagam lahko, da bi v nadaljnjih študijah raziskali ekonomski vpliv staršev v odvisnosti od okolja, kjer otroci živijo.

8 SKLEP

Namen naše raziskave je bil ugotoviti vpliv socialnega okolja na telesno dejavnost otrok in mladine v zadnjem triletju osnovne šole. Cilji naloge so bili ugotoviti povezavo med telesno dejavnostjo staršev in njihovih otrok, povezanost ekonomskega stanja družine, vpliv motivacije in spodbude staršev s telesno dejavnostjo otrok ter povezanost telesne dejavnosti otrok in njihovih vrstnikov, prijateljev. Za oceno telesne dejavnosti in socialnih dejavnikov, ki vplivajo nanjo, smo uporabili mednarodno priznan in preverjen vprašalnik SHAPES (Leatherdale, Manske, Wong in Cameron, 2009), ki so ga otroci in mladostniki izpolnjevali prek spletne ankete v okviru študije ARTOS (Jurak, Starc in Kovač, 2013).

Vse več staršev se zaveda, da je šport lahko pomemben dejavnik vzgoje mladih, da jih vodi mimo nevarnih poti socialno-patoloških vedenjskih vzorcev. Vse pogosteje je v model življenja sodobnih družin vtkana misel, da lahko pomeni šport pomemben element kakovosti življenja. Družina je vir in okvir posameznikovega duševnega razvoja, njegove duhovne in osebnostne rasti, zato sta pomen in vloga družine pri oblikovanju njegove osebnosti, njegovega odnosa do športne dejavnosti nenadomestljivi (Doupona Topič, 2004).

Rezultati naše raziskave so pokazali, da obstaja povezava med odnosom do športa in telesno dejavnostjo otrok in njihovih staršev. Ugotovili smo, da je nekoliko močnejša pri očetih kot materah. Pokazala se je tudi pozitivna povezanost med spodbudo staršev in telesno dejavnostjo otrok, ki pa je nekoliko bolj izražena pri spodbudi deklet. Analiza je pokazala, da obstaja zmerno močna statistična povezanost vpliva staršev na otrokovo telesno dejavnost, pri čemer ima večji vpliv oče kot mati. Medtem ko imata pri dekletih vpliv oba starša, a vseeno oče nekoliko višjega kot mati, ima na fante vpliv le oče in še tega šibkega. Mati statistično nima vpliva na telesno dejavnost sinov. Rezultati raziskave so pokazali, da imajo vrstniki in prijatelji vpliv na telesno dejavnost otrok, saj so tisti otroci, ki imajo več dejavnih prijateljev, tudi sami bolj telesno dejavni.

Ker so starši tisti dejavnik, ki dejansko vpeljejo svojega otroka v telesno dejavnost, bi se morali le ti bolj zavedati vpliva, ki ga imajo v življenju svojih otrok. Večjo pozornost naj namenijo dekletom, saj smo v raziskavi ugotovili nižjo telesno dejavnost deklet kot fantov in pa večji vpliv staršev nanje. Starši, še predvsem očetje, naj dekletom, posvetijo več časa za motivacijo in jih spodbudijo k dejavnemu preživljanju prostega časa, saj glede na ugotovitve analize predstavljajo pomemben dejavnik vplivanja na njihovo telesno dejavnost. Najbolj bi bilo potrebno spodbuditi tiste starše, ki so sami nedejavni in jim telesna dejavnost ne pomeni nikakršne vrednote, saj obstaja velika verjetnost, da bodo zaradi tega tudi otroci telesno nedejavni. Zavedamo se namreč, da telesna nedejavnost v dobi tehnologije ne prinaša nič dobrega in da vedno več otrok ravno zaradi tega oboleva za različnimi boleznimi, ki bi se jim z redno telesno dejavnostjo lahko zagotovo izognili.

9 VIRI IN LITERATURA

- Beets, M. W., Cardinal, B. J., & Alderman, B. L. (2010). Parental social support and the physical activity–related behaviors of youth: a review. *Health Education & Behavior*.
- Brustad, R. J. (1993). Who Will go out and play? Parental and psychological influences on children's attraction to physical activity. *Pediatric Exercise Science*, 5, 210-223.
- Carr, S., Weigand, D. A., & Jones, J. (2000). The relative influence of parents, peers and sporting heroes on goal orientations of children and adolescents in sport. *Journal of Sport Pedagogy*, 6, 34–55.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The sport Psychologist*, 13(4), 395-417.
- Davison, K. K. (2004). Activity-related support from parents, peers and siblings and adolescents' physical activity: are there gender differences? *Journal of Physical Activity & Health*, 1(4).
- de Guzman, R. T. M. (2007). Friendships, peer influence, and peer pressure during the teen years. extension publications, pridobljeno 7. 9. 2014 iz <http://www.ianrpubs.unl.edu/epublic/pages/publicationd.jsp?publicationid=837>
- Doupona Topič, M. (2004). *Ženske in šport*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Greendorfer, S. L., & Lewko, J. H. (1978). Role of family members in sport socialization of children. *Research Quarterly. American Alliance for Health, Physical Education and Recreation*, 49(2), 146-152.
- Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G. S., & Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(1), 54.
- Jurak, G., Kovač, M., Starc, G., Strel, J. (2007). *Šport in življenjski slogi slovenskih otrok in mladine*. Ljubljana. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, inštitut za kineziologijo in zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
- Jurak, G., Kovač, M., Starc, G. (2013). The ACDSi 2013 – The analysis of children's development in slovenia 2013: study protocol. *Anthropological Notebooks*, 19(3), 123-143.
- Končnik Goršič, N. (2004). *Moj otrok odrašča*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

- Kropej, L. V. (2001). Vpliv okolja na športno dejavnost predšolskih otrok. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Leatherdale, S. T., Manske, S., Wong, S. L., & Cameron, R. (2009). Integrating research, policy, and practice in school-based physical activity prevention programming: the School Health Action, Planning, and Evaluation System (SHAPES) Physical Activity Module. *Health Promotion Practice*, 10(2), 254-261.
- Marinšek, M., Tušak M., Tušak, M., (2009). Družina in športnik. Ljubljana. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport – Inštitut za šport.
- Milošević, V., & Vesković, A. (2013). Family as an agent for sport socialization of youth. *Serbian Journal of Sports Sciences*, 7(1-4), 143-149.
- Ning, W., Gao, Z., & Lodewyk, K. (2012). Associations between Socio-Motivational Factors, Physical Education Activity Levels and Physical Activity Behavior among Youth. *ICHPER-SD Journal of Research*, 7(2), 3-10.
- Peljhan, P. (2005). Športne igre. Razredni pouk. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Prochaska, J. J., Rodgers, M. W., & Sallis, J. F. (2002). Association of parent and peer support with adolescent physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 73(2), 206-210.
- Raudsepp, L. (2006). The relationship between socio-economic status, parental support and adolescent physical activity. *Acta Paediatrica*, 95(1), 93-98.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(5), 963-975.
- Salvy, S. J., Roemmich, J. N., Bowker, J. C., Romero, N. D., Stadler, P. J., & Epstein, L. H. (2009). Effect of peers and friends on youth physical activity and motivation to be physically active. *Journal of Pediatric Psychology*, 34(2), 217-225.
- Shropshire, J., & Carroll, B. (1997). Family Variables and children's physical activity: influence of parental exercise and socio - economic status. *sport, Education and Society*, 2(1), 95-116.
- S. J., Roemmich, J. N., Bowker, J. C., Romero, N. D., Stadler, P. J., & Epstein, L. H. (2009). Effect of peers and friends on youth physical activity and motivation to be physically active. *Journal of Pediatric Psychology*, 34(2), 217-225.
- Tušak, M., Tušak, M., Tušak, M. (2003). Vloga družine in staršev v športu. Zalog. Klub M. T..

- Tušak, M., Bednarik, J., (2002). Nekateri psihološki, socialni in ekonomski vidiki športa v Sloveniji. Ljubljana. Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2006). Perceptions of relationships with parents and peers in youth sport: Independent and combined prediction of motivational outcomes. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(2), 193-214.
- Vazou, S., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2005). Peer motivational climate in youth sport: A qualitative inquiry. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(5), 497-516.
- Videmšek, M., Strah, N. in Stančevič, B. (2001). Igrajmo se skupaj. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Yang, X. L., Telama, R., & Laakso, L. (1996). Parents' physical activity, socioeconomic status and education as predictors of physical activity and sport among children and youths-A 12-year follow-up study. *International Review for the Sociology of Sport*, 31(3), 273-291.
- Žibert, S. (2005). Vpliv učitelja športne vzgoje na priljubljenost športne vzgoje in ukvarjanje s športom v prostem času. Razredni pouk. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.