

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

NIVES MODIC

Ljubljana, 2015

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

**MNENJE STARŠEV PREDŠOLSKIH OTROK O ŠPORTNI VADBI
V MESTNEM IN PODEŽELSKEM OKOLJU**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA

Prof. dr. Mateja Videmšek

RECENZENT:

Prof. dr. Jože Štihec

AVTORICA DELA

Nives Modic

Ljubljana, 2015

ZAHVALA

Zahvaljujem se svoji mentorici, dr. Mateji Videmšek, za vse nasvete in pomoč ter za njeno prijaznost in dostopnost.

Rada bi se zahvalila tudi moji družini, ki mi je stala ob strani in me podpirala pri mojih odločitvah.

Gljučne besede: predšolski otroci, starši, podeželje, mesto, organizirana vadba

MNENJE STARŠEV PREDŠOLSKIH OTROK O ŠPORTNI VADBI V MESTNEM IN PODEŽELSKEM OKOLJU

Avtor: Nives Modic

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2015

Število strani: 46

Število tabel: 3

Število prilog: 1

Število virov: 18

Število slik: 24

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je ugotoviti, ali se mnenje staršev predšolskih otrok o športni vadbi v mestnem okolju razlikuje od mnenja staršev v podeželskem. Zanimalo nas je, ali se v popoldanske gibalne dejavnosti v večji meri vključujejo predšolski otroci s podeželja ali iz mesta. Želeli smo ugotoviti, kateri dejavniki vplivajo na vključevanje otrok v športno vadbo.

Pri raziskovalnem delu smo za pridobivanje potrebnih podatkov pomagali z uporabo anketnega vprašalnika. Vzorec je zajemal 110 predšolskih otrok, starih 4 leta in več, iz štirih vrtcev in enega od njihovih staršev.

Podatke smo obdelali s pomočjo statističnega programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Za preverjanje hipotez smo uporabili H_i^2 test. Statistično značilnost smo ugotavljali na podlagi 5% tveganja.

Ugotovili smo, da obstajajo razlike pri vključenosti predšolskih otrok v popoldansko gibalno dejavnost v mestu in na podeželju. Otroci, ki živijo v mestu, se več vključujejo v popoldansko športno vadbo. Prav tako smo ugotovili, da se rahlo večji delež staršev iz mesta ukvarja s športom. Daleč največ se starši tako iz mesta kot s podeželja ukvarjajo s hojo, sledita pa ji tek in aerobika.

Najbolj zastopan razlog, zakaj otrok ni vključen v nobeno popoldansko gibalno dejavnost, je ta, da otrok doma čas dovolj aktivno preživlja. Za ta odgovor so se v največji meri odločili starši iz mesta ter tudi s podeželja.

Ugotovili smo, da je pogostost ukvarjanja s športom staršev povezana z vključenostjo njihovih otrok v gibalne dejavnosti. Otroci staršev, ki se več ukvarjajo s športom, so pogosteje vključeni v gibalne dejavnosti. Ugotovili smo tudi, da se starši v mestu in na podeželju ukvarjajo s podobnimi športnimi panogami.

Key words: preschool children, parents, countryside, city, organized practice

PARENTS' OF PRESCHOOL CHILDREN'S OPINION ABOUT ORGANIZED PRACTICE IN THE COUNTRYSIDE AND IN THE CITY

Author: Nives Modic

University of Ljubljana, Faculty of sport, 2015

Number of pages: 46

Number of tables: 3

Number of appendices: 1

Number of sources: 18

Number of pictures: 24

ABSTRACT

The purpose of this thesis is to find out whether the opinion of preschool children's parents about organized practice that live in the city differs from the opinion of preschool children's parents that live in the countryside. We wanted to know which of the preschool children get more involved in organized afternoon practice and what are the factors that affect the participation in it.

In this research work, we used a questionnaire to help us obtain the necessary information. The sample consisted of 110 preschool children aged four years and up from four different kindergartens and one of their parents.

The data was processed with the statistical program SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). To check the hypothesis set, we used Chi square test. A statistical feature was confirmed based on 5% risk.

We have found there were differences between the involvement of preschool children in organized practice in the city and in the countryside. The children that are more involved in the practice are the ones that live in the city. Alongside that we have reached findings that a slightly bigger amount of city parents practise sports. By far the most parents from both the city and the countryside choose to walk as a form of physical activity followed by running and aerobics.

The fact the children spends enough time being active at home is the most represented of all the reasons why they aren't included in organized afternoon practice. It was chosen as such by both the parents from the city and the countryside.

The research showed that the physical activity of the parents and the one of their child are intertwined. The children whose parents are more physically active are prone to be more active themselves. We have concluded that the parents that live in the city practise physical activities alike the ones that are practised by the parents that live in the countryside.

KAZALO VSEBINE

1. UVOD.....	9
1.1 SODOBNI ŽIVLJENJSKI SLOG	9
1.2 POMEN GIBALNIH DEJAVNOSTI	10
1.2.1 Pomen gibalne dejavnosti za predšolske otroke	12
1.2.2 Vzroki za pomanjkanje gibalne dejavnosti.....	12
1.3 DRUŽINA IN STARŠI	13
1.4 OKOLJE KOT DEJAVNIK GIBALNE DEJAVNOSTI.....	16
1.5 PSIHOLOŠKI DEJAVNIKI GIBALNE DEJAVNOSTI	16
1.6 SOCIALNI DEJAVNIKI GIBALNE DEJAVNOSTI	18
1.7 CILJI IN HIPOTEZE	18
2. METODE DE LA	20
2.1 PREIZKUŠANCI	20
2.2 PRIPOMOČKI	20
2.3 POSTOPEK	20
3. REZULTATI IN RAZPRAVA	21
3.1 ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA STARŠE.....	21
3.2 PREVERJANJE HIPOTEZ.....	37
5. SKLEP	40
6. VIRI	42
7. PRILOGE.....	44
7.1 ANKETNI VPRAŠALNIK	44

KAZALO SLIK

<i>Slika 1.</i> Porazdelitev staršev, ki so odgovarjali na anketo glede na kraj bivanja.	21
<i>Slika 2.</i> Starši iz mestnega okolja, ki so odgovarjali na anketo, razdeljeni po spolu.	21
<i>Slika 3.</i> Starši iz podeželskega okolja, ki so odgovarjali na anketo, razdeljeni po spolu.	21
<i>Slika 4.</i> Prikaz odstotka mestnih otrok, ločenih po spolu.	22
<i>Slika 5.</i> Prikaz odstotka podeželskih otrok, ločenih po spolu.	22
<i>Slika 6.</i> Odstotek starosti mestnih otrok.	22
<i>Slika 7.</i> Odstotek starosti podeželskih otrok.....	22
<i>Slika 8.</i> Izobrazba staršev v mestnem in podeželskem okolju.	23
<i>Slika 9.</i> Pogostost ukvarjanja s športom staršev.....	24
<i>Slika 10.</i> Panoga, s katero se starši iz mesta in podeželja največ ukvarjajo.	25
<i>Slika 11.</i> Vključenost otroka v popoldansko gibalno dejavnost.....	26
<i>Slika 12.</i> Najpomembnejši razlog, da otrok ni vključen v popoldansko šp. dejavnost.	27
<i>Slika 13.</i> Pobudnik, da je otrok vključen v gibalno dejavnost.....	29
<i>Slika 14.</i> Način, na katerega so starši izvedeli za gibalno vadbo, v katero je vključen otrok.	30
<i>Slika 15.</i> Pogostost otrokove vadbe.....	30
<i>Slika 16.</i> Starševo mnenje o pomembnosti otrokovega učenja pomembnih gibanj.....	31
<i>Slika 17.</i> Starševo mnenje o pomembnosti otrokovega spoznavanja s pravili in fair playem.....	32
<i>Slika 18.</i> Mnenje staršev o pomembnosti otrokovega spoznavanja vrstnikov in druženja z njimi.	32
<i>Slika 19.</i> Mnenje staršev o pomembnosti strokovne podkovanosti vaditelja.....	33
<i>Slika 20.</i> Mnenje staršev o pomembnosti vaditelja, ki je prijazen in razumevajoč.	33
<i>Slika 21.</i> Mnenje otroka o pomembnosti druženja s svojimi vrstniki.....	35
<i>Slika 22.</i> Mnenje otrok o pomembnosti zadovoljevanja potrebe po gibanju in igri.	35
<i>Slika 23.</i> Mnenje otrok o pomembnosti zanimivosti športne vadbe.....	36
<i>Slika 24.</i> Mnenje otrok o pomembnosti zanimivosti športnih pripomočkov.	36
<i>Tabela 1</i> <i>Vključenost otrok v popoldansko športno vadbo glede na kraj bivanja</i>	37
<i>Tabela 2</i> <i>Vključenost otrok v popoldansko športno vadbo glede na pogostost ukvarjanja s športom staršev</i>	38
<i>Tabela 3</i> <i>Ukvarjanje s športno panogo glede na kraj bivanja</i>	39

1. UVOD

Človekov življenjski slog postaja čedalje bolj sedeč. Tehnološki napredek nam je veliko vsakdanjih operacij res olajšal, vendar pa je ena njegovih posledic dejstvo, da se čez dan ne gibamo dovolj. To pa ne vpliva samo na odrasle ljudi, temveč tudi na njihove otroke. Že predšolski otroci preživijo za računalnikom ali televizijo preveč časa. Prenizka stopnja gibalne dejavnosti pa je povezana z dejavniki tveganja za nastanek različnih bolezni, nekatere se razvijejo že v predšolski dobi otroka in se nadaljujejo v kasnejša obdobja njegovega življenja.

Človeka od rojstva pa do smrti spremlja gibanje. Temelj gibalnega razvoja predstavlja predšolsko obdobje, saj je otrokov organizem najbolj izpostavljen vplivom okolja prav takrat. Zato je pomembno, da ima otrok v tem obdobju dovolj pozitivne spodbude za gibalno dejavnost s strani staršev oziroma družine. Starši so tudi tisti, ki pomagajo oblikovati otrokovo osebnost in njegove vrednote, saj le-te prevzemajo od staršev. Ukvarjanje s športom v družini je torej temelj za otrokove sprejemanje športa kot vrednote (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Mladost je odločilno obdobje za oblikovanje podobe zrele osebnosti, pri čemer obstaja del, ki ga je mogoče oblikovati samo z nekaterimi sredstvi, to so specifične gibalne dejavnosti. Premalo ali nič gibalne dejavnosti med odraščanjem v kasnejšem obdobju ni mogoče v celoti nadomestiti, saj je vpliv športnih stimulusov na psihosomatski sistem z napredovanjem otrokove rasti in zrelosti vse manjši. Pomanjkanje gibalne dejavnosti lahko upočasni tako motorični kot intelektualni razvoj otroka. Gibalna dejavnost pa vpliva tudi na psihosocialni razvoj otroka in mladostnika. Prek nje namreč spoznava sebe in svojo okolico, ustvarja, se vključuje med svoje sovrstnike ter rešuje številne probleme (Završnik in Pišot, 2005).

1.1 SODOBNI ŽIVLJENJSKI SLOG

Sodobni življenjski slog na žalost postaja čedalje bolj pasiven. V informacijski dobi, ki nam je prinesla olajšan način življenja, se skrivajo tudi negativni dejavniki, eden od najbolj perečih je odtujevanje od gibalne dejavnosti, kar vodi v kar nekaj bolezni, ki so danes vodilne med vzroki umrljivosti. Po raziskavah sodeč, je aktivni življenjski slog z gibalno dejavnostjo eden pomembnejših varovalnih dejavnikov zdravja. Otroci gledajo na svoje zdravje drugače kot odrasli. Razlog je gotovo to, da so večinoma zdravi. Pa vendar danes tudi otroci in mladostniki vse pogosteje zbolevajo, ena najpogostejših bolezni pri njih pa je debelost (Završnik in Pišot, 2005).

Završnik in Pišot (2005) sta zapisala, da čeprav gibalna nedejavnost sama po sebi neposredno ne povzroča debelosti, obstaja povezanost med sedečim življenjskim slogom in stopnjo prekomerne

telesne teže in debelosti. Stalna debelost v otroštvu pa lahko poveča ogroženost za nastanek in razvoj številnih bolezni v odraslem obdobju, med njimi najpomembnejše:

- bolezni srca in ožilja,
- od inzulina neodvisna sladkorna bolezen,
- osteoartritis,
- karcinom debelega črevesa.

Znanstveno je potrjeno, da so dandanes otroci in mladina veliko manj aktivni, kot so bile prejšnje generacije. Čedalje bolj se razvija sedeči življenjski slog. S svojim načinom življenja si tako otroci nabirajo zdravstvene probleme za prihodnost. Nedejavnost lahko pripišemo pridobitvam civilizacije: televiziji, računalniku, video igracam. Prav tako pa krivda leži tudi na šoli, ki je zmanjšala število dodatnih športnih dejavnosti ali jih slabo umestila v šolski urnik. Poleg tega so slab vzgled velikokrat tudi starši (Pendl Žalek, 2004).

Najpomembnejšo vlogo pri oblikovanju življenjskega sloga otroka in mladostnika imajo vsekakor starši, saj se ta najprej oblikuje v ožjem družinskem krogu. Pomembno vlogo pri učenju in vzgajanju otroka ima predvsem način učenja. Razlikujemo namreč dva načina učenja: pasivno, kjer otrok samo opazuje in posluša; oziroma aktivno, kjer je on tisti, ki odkriva, starši pa mu nudijo zgolj usmerjanje. Da bo otrok v svoj življenjski slog vključil gibalno dejavnost, mu lahko pomagajo starši s svojim lastnim zgledom (Pišot in Završnik, 2001, v Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Otrok, ki je že od majhnega vključen v popoldansko vadbo, bo imel manj problemov s spoznavanjem vrstnikov. Ko bo začel hoditi v šolo, bo že navajen na točnost, na sodelovanje v skupini, upoštevanje pravil igre, ter si bo znal razporediti čas za opravljanje šolskih obveznosti ter treningov (Završnik in Pišot, 2005).

Gibanje je osnova za preživetje večine živalskih vrst. Z razvojem civilizacije pa postaja čedalje manj pomemben dejavnik vsakdanjika človeka. Napredek v moderni tehnologiji je olajšal življenje, delo in celo igro. Ti dosežki so prispevali k večji kakovosti življenja, vendar hkrati postali nadloga za javno zdravstvo. Vrsta bolezni je namreč neposredno povezanih s telesno nedejavnostjo (Završnik in Pišot, 2005).

1.2 POMEN GIBALNIH DEJAVNOSTI

Kaj termin gibalna dejavnost sploh pomeni? »Gibalna dejavnost je opredeljena kot dejavnost, ki je rezultat dela skeletnih mišic, kjer je končna poraba energije večja kot v mirovanju« (Šimunič, Volmut in Pišot, 2010, str. 45). Gibalna dejavnost poleg športne dejavnosti, ki pomeni načrtovano, strukturirano in namenjeno izboljšanje telesne kondicije, vključuje tudi nenačrtovano, spontano mišično gibanje, ki porablja energijo (Šimunič idr., 2010).

Gibalna dejavnost ima za človeka velik pomen, saj sprošča, spodbuja kreativnost, povečuje sposobnost koncentracije in pomnjenja in nam pomaga da se bolje spopadamo s problemi. Dolgoročno gledano povečuje samozavest in samostojnost ter zmanjšuje napadalnost in napetost (Pendl Žalek, 2004).

S pomočjo gibanja otrok zaznava in odkriva svoje telo ter svet okoli njega. Pomaga mu tudi, da gradi zaupanje vase in mu daje občutek ugodja, varnosti in veselja. S pomočjo gibanja otrok razvija občutek za ritem in hitrost ter dojemanje časa in prostora (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Otroci imajo naravno potrebo po gibanju, ki bi jo morali starši nenehno zadovoljevati in krepiti, tako da se z otrokom čim pogosteje igrajo in ga spodbujajo. Takšno možnost ponujajo različni klubi, ki nudijo vadbo otrok skupaj s starši pod vodenjem strokovno podkovanega učitelja. Vendar pa nimajo vsi otroci takšnih možnosti za vadbo, veliko družin namreč iz več razlogov svojega otroka ne more vključiti v organizirano vadbo. V takšnem primeru lahko starši vadijo z otrokom doma in tako prevzamejo vlogo učitelja. Vadba predšolskega otroka s svojimi starši ima kar nekaj pozitivnih učinkov. Otrok se v navzočnosti svojih staršev počuti varnega in jim zaupa ter tako z veseljem sodeluje. Nauči se zaznati svoj napredek in ga doživlja kot uspeh. Takšna vadba je pozitivna tudi za starše, saj se ob tem razgibajo in lahko spoznavajo gibalne sposobnosti svojih otrok ter njihov razvoj in napredek (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Številne raziskave potrjujejo pomen športnega udejstvovanja za telesno in duševno zdravje. Že dolgo je znano, da vsakodnevna telesna dejavnost pripomore k boljšemu splošnemu počutju, ugodno vpliva na zdravje srčno-žilnega sistema, pomaga pri uravnavanju telesne teže, morda celo zmanjšuje smrtnost oz. pripomore k daljšemu življenju (Tušak, Tušak in Tušak, 2003).

Gibalna dejavnost je tesno povezana z ustreznim telesnim razvojem in razvojem gibalnih sposobnosti, poleg tega pa vpliva tudi na posameznikov kognitivni, emocionalni in socialni razvoj. Gibalna dejavnost otrok je nadvse pomembna, saj spodbuja gibalne spretnosti, povezane s šolskimi dosežki, zaznavo lastnih zmožnosti ter omogoča ustrezno čustveno in socialno prilagojenost in pozitivno vpliva na otrokovo samospoštovanje. Gibanje, ki poteka v skupini, pa nudi otroku poleg priložnosti za učenje novih veščin tudi razvijanje prijateljskih odnosov (Šimunič idr., 2010).

V družinah, kjer gojijo gibalno dejavnost, 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 idr., 2001).

Kropejeva (2001) je ugotavljala, kako okolje vpliva na gibalno dejavnost predšolskih otrok, in ugotovila, da na obiskovanje gibalne dejavnosti otroka pozitivno vplivajo:

- okolje (če otrok živi v mestu),
- ožje okolje (če otrok živi v bloku),
- gibalna dejavnost staršev (če se starši organizirano ukvarjajo s športom) in
- preživljanje počitnic (aktivno in na morju).

1.2.1 Pomen gibalne dejavnosti za predšolske otroke

Predšolsko obdobje je obdobje temeljnega gibalnega razvoja. Otrokov organizem je najbolj izpostavljen vplivom okolja v zgodnjem otroštvu, kar pa vpliva na razvoj njegove osebnosti. S strani strokovnjakov je bilo ugotovljeno, da vsega tistega, kar otrok zamudi v zgodnjem otroštvu, kasneje ne more več nadoknaditi. Njegove dejavnosti v prvih letih življenja so podlaga za kasnejše gibalne dejavnosti, hkrati pa imajo vpliv tudi na razvoj in oblikovanje vrste otrokovih sposobnosti, lastnosti, zmožnosti in značilnosti (Videmšek idr., 2001).

Otrokom je potrebno omogočiti in jih spodbujati, da z različnimi dejavnostmi v prostoru in na prostem razvijajo sheme gibalne sposobnosti, usvajajo osnovne gibalne koncepte oz. sheme in osnovne elemente različnih športnih zvrsti. Z usmerjeno gibalno dejavnostjo s specifičnimi programi lahko pospešimo ne samo gibalni, ampak tudi spoznavni, čustveni in socialni razvoj otroka. Pri tem morajo biti sredstva, oblike in metode dela skrbno izbrani, da z njimi usmerjamo otrokov razvoj (Videmšek idr., 2001).

Videmškova idr. (2001) navajajo, da postajajo čedalje bolj priljubljeni programi gibalnih dejavnosti, ki jih izvajajo otroci skupaj s svojimi starši pod strokovnim vodstvom. Zadovoljevati morajo otrokovo potrebo po gibanju, igri in sprostitvi, prilagojeni pa naj bodo različnim potrebam, interesom in sposobnostim otrok. Vključevanje staršev v takšno vadbo je pomembno, ker se otrok ob starših počuti varnega, z veseljem sodeluje in uspešno izvaja tudi naloge, ki jih brez pomoči staršev ne bi zmožel. Takšna športna vadba ima številne prednosti:

- Otroci lahko izvajajo gibanja, ki so zahtevnejša ali potrebujejo večjo varnost, ki jo zagotovijo starši.
- Takšna vadba tudi za starše pomeni sprostitev.
- Starši med skupno vadbo vzpostavijo prirčen stik z otrokom, poglobljajo čustveno povezanost z njim.
- Zbuja se interes staršev za poznavanje gibalnih sposobnosti svojih otrok.

1.2.2 Vzroki za pomanjkanje gibalne dejavnosti

Tušak idr. (2003) navajajo, da lahko družina s svojim delovanjem na otroka deluje pozitivno ali negativno. Poleg čustvenega in socialnega razvoja družina v veliki meri vpliva tudi na gibalni razvoj otroka. V primeru gibalnega zanemarjanja svojega otroka s strani staršev se bo le-ta ravno tako razvil, vendar morda ne do take mere, kot bi se sicer. Veliko staršev zanemarljivo gibalno dejavnost svojih otrok predvsem iz vzrokov:

- pomanjkanje prostega časa,
- neznanje in lastna nedejavnost,
- pomanjkanje finančnih sredstev.

Velikokrat si je zelo težko vzeti prosti čas, sploh če si ga ne znamo. Obveznosti in stres na delovnem mestu so vsakodnevna realnost, kar seveda vpliva tudi na odnose v družini. Da lahko pozitivno vplivamo na člane družine, mora družina delovati enotno in si morajo člani družine med seboj pomagati (Tušak idr., 2003).

K sreči se ozaveščenost staršev o koristnosti gibalnega udejstvovanja večja, za to pa se imamo zahvaliti vrtcem, šolam, medijem, bogati ponudbi gibalnih dejavnosti v prostem času itd. Vendar pa se starši še vedno izgovarjajo na neznanje in lastno nedejavnost. Nekateri svoje neznanje izkoriščajo za izgovor, da se jim ni potrebno ukvarjati z otroki, medtem ko drugi iščejo argumente proti gibalnemu udejstvovanju v dejstvu, da so sami neaktivni. Naloga vseh, ki delamo v športu, je zato še boljše in kvalitetnejše delo (Tušak idr., 2003).

V današnjem kapitalističnem načinu življenja so razlike med bogatimi in revnimi čedalje večje. Družina je celica, ki mora imeti za normalno delovanje zadovoljene osnovne potrebe. Če ima družina tako nizek standard, da osnovne potrebe niso zadovoljene, potem nima osnovnih pogojev za druge potrebe, kot je npr. šport (Tušak idr., 2003).

Veliko staršev iz več razlogov ne skrbi dovolj za otrokov gibalni razvoj, zaradi česar čedalje več otrok zboli, stopnja kronično nenalezljivih boleznih med mladino narašča, prav tako stopnja gibalne nedejavnosti, nezdrav življenjski slog tako otrok kot tudi odraslih je v porastu. Razlogi, zaradi katerih starši svojim otrokom ne nudijo oz. zagotovijo okolja za gibalno dejavnost, so lahko različni, najpogostejši pa so neznanje in neozaveščenost staršev, nizka izobrazba staršev, slabo materialno stanje družine ter morda pomanjkanje časa staršev. Večinoma se ti dejavniki med seboj prepletajo, zato ne moremo govoriti o le enem dejavniku, ki bi negativno vplival na otrokov gibalni razvoj (Šimunič idr., 2010).

Kropejeva (2001) je ugotavljala, kako okolje vpliva na gibalno dejavnost predšolskih otrok, in ugotovila, da na obiskovanje gibalne dejavnosti otroka negativno vplivajo:

- spol (očetje),
- starost (starejši),
- zaposlitev (samozaposleni in direktorji),
- preživljanje počitnic (samo doma) in
- nedostopnost igralnice (če igralnica ni dostopna, se otrok v manjši meri ukvarja z organizirano gibalno dejavnostjo).

1.3 DRUŽINA IN STARŠI

Družina je socialna skupina, ki v največji meri poseže v otrokov razvoj in oblikuje njegovo osebnost. Je skupina, v katero je otrok najprej vključen in mu prva posreduje moralne, intelektualne, socialne,

družbene in druge vrednote. Naloga družine je, poleg rojstva in nege otroka, socializirati otroka za življenje v skupnosti ter ga razviti socialno, čustveno, intelektualno in gibalno. Družina, ki se zaveda pomena kakovostnega načina življenja, tako vključuje vanj tudi aktivno športno delovanje, ki pomembno vpliva na (Videmšek, Strah in Stančevič, 2001):

- odnos med njenimi člani,
- uveljavljanje vsakega od njih v ožjem in širšem okolju,
- intelektualni razvoj, ki je eden od ciljev ukvarjanja s športom,
- izogibanje mnogim travmatičnim stanjem.

Ko govorimo o športu otrok, imamo v mislih predvsem osnovni motorični razvoj, s katerim skušamo vplivati na otroka že od rojstva naprej. Takoj po rojstvu začne okolica vplivati na otroka, ki se razvija po določenih vzorcih. Če je okolje, v katerem otrok odrašča, naravnano v prid športa in telesne dejavnosti, potem ima otrok dobre možnosti, da si ustvari pozitivne vzorce, ki bodo kasneje imeli vpliv na njegov razvoj in življenje. Glede na veliko vlogo družine pri razvoju posameznika lahko zapišemo, da je komaj rojeni otrok na dobri poti, da poseže po športu kot obliki življenja, če mu starši predstavljajo ustrezen model športnega delovanja (Tušak idr., 2003).

Otrokov razvoj je v veliki meri pogojen z dogajanjem v najmanjši družbeni celici – družini. Ta predstavlja začetek otrokovega zorenja in zavedanja. Zato je naloga staršev, da s prvimi gibalnimi izkušnjami skušajo poseči v najbolj zgodnje obdobje otrokovega razvoja in njemu najbolj prijazno okolje, ki mu ga predstavlja družina. Vloga staršev je se je v raziskavah o otrocih in telesnih dejavnostih pokazala kot zelo pomembna. Dokazano je namreč, da so običajno otroci telesno bolj dejavnih staršev tudi sami veliko bolj aktivni. Zato naj bosta starša otroku vzor, oba naj se z njim čim pogosteje aktivno igrata in prispevata svoj delež k gibalnemu razvoju svojega otroka (Pendl Žalek, 2004).

Otrokovi genetski potenciali se lahko ustrezno razvijejo le ob primernem številu dražljajev. V prvih letih življenja otrok dojema svet »telesno« in ne razumsko. Zato je za njegov celovit razvoj pomembno, da ga starši primerno spodbujajo in vodijo, ne pa zanemarjajo in ovirajo. Včasih starši zaradi pretiranega strahu pred poškodbami ali nečistočo ne dovolijo otrokom nekaterih dejavnosti in s tem naredijo več škode kot koristi (Tušak idr., 2003).

Gibanje je za otroka zanimivo, zato ga raziskuje že od malih nog. Kot malček, ko se na vso moč trudi, da bi se postavil na noge in shodil, ter kot predšolski otrok, ko se uči bolj zapletenih gibov, npr. teči, skakati, plezati itd. V teh zgodnjih fazah neformalna igra ugodno vpliva na doživljanje telesne dejavnosti in tako privzgoji občutek za aktivno življenje. Otroci, ki hodijo v šolo, že bolj uživajo v formalnih igrah. Pri osmih letih se raje kot kadarkoli prej ali kasneje igrajo, to pa je prednost, ki jo velja izkoristiti. Starši lahko pri igri in telesnih dejavnostih veliko pripomorejo (Pendl Žalek, 2004).

Tušak idr. (2003) navajajo, da je igra pomemben dejavnik zdravega razvoja. Igra se najprej pojavi v okviru družine in je pomembna zato, ker naj bi se gibalna dejavnost otroka razvila prav iz nje. Šport naj bi namreč otroku predstavljal določeno obliko igre s pravili, kjer gre za neko dejavnost zaradi užitka pa tudi za doseg končnega cilja, npr. zmage, posledice pa naj bi bile ob tem odsotne. Igra s

pravili je razvojno gledano že bolj zapletena oblika igre in se v razvoju otroka pojavlja kasneje. Sčasoma pa šport prerase meje igre s pravili in postane delo. Če je otroku torej šport na začetku predstavljal obliko rekreativne dejavnosti, način preživljanja prostega časa, pa se sčasoma preoblikuje v dejavnost, delo, ki se ne odvija samo v prostem času, ampak zahteva polni delovni čas otroka in v veliko primerih tudi njegovih staršev.

Pendl Žalek (2004) svetuje, kako lahko starši pripomorejo k temu, da bi se njihovi otroci več gibalni:

- Telesna dejavnost naj ne bo obveznost, ampak zabava. Starši naj otroke nagovorijo, naj se vpišejo v kakšen tečaj.
- Poskrbijo naj, da bodo doma imeli čim več različnih športnih rekvizitov, da bodo otroci pridobili raznolike gibalne izkušnje.
- Vsaj dvakrat na teden naj se starši z otroki odpravijo v šolo peš (če je to možno).
- Starši naj otrokom pokažejo, da se tudi sami radi gibalno udeležujejo.
- Namesto nedeljskega poležavanja naj se starši odpravijo z otroki ven na sprehod, rolanje, kolesarjenje ...

Za otroke je zgled njihovih staršev nedvomno pomemben in koristen, poleg tega pa ima dosti večjo veljavo kot le nasveti, kako pomembna je gibalna dejavnost in kako škodljivo je celodnevno igranje računalniških igranic ali sedenje pred televizorjem. Otroci namreč od staršev postopoma prevzemajo razvade. Mnogim staršem je lažje nadzirati otroka, ki mirno sedi pred televizorjem, kot ga nadzorovati ali ga aktivno spremljati na zunanjem igrišču (Videmšek idr., 2001).

Meško, Zajec, Videmšek, Karpljuk, Štihec in Pungeršek (2014) so raziskovali povezavo med elementi življenjskega sloga in gibalno dejavnostjo slovenskih predšolskih otrok ter njihovih staršev in ugotovili, da so otroci staršev, ki so bolj gibalno aktivni (organizirane in neorganizirane gibalne dejavnosti), tudi sami bolj gibalno aktivni.

Kropejeva (2001) je raziskovala, kako okolje vpliva na gibalno dejavnost predšolskih otrok, in ugotovila, da na gibalno ukvarjanje staršev z otroci pozitivno vplivajo:

- okolje (mesto),
- starost (starejši),
- število otrok (dva in več),
- izobrazba (bolj izobraženi starši),
- zakonski stan (samohranilci),
- dohodek (višji dohodek),
- ožje okolje (blok),
- gibalna dejavnost staršev (organizirano gibalno udeleževanje) in
- preživljanje počitnic (aktivno).

1.4 OKOLJE KOT DEJAVNIK GIBALNE DEJAVNOSTI

Med drugim je za otrokov razvoj pomembno tudi okolje, v katerem odrašča. Med dejavnike okolja uvrščamo življenjski stil, prehranjevanje, bolezni in gibalno dejavnost. Ti dejavniki imajo lahko na razvoj otroka tudi negativen vpliv, zato je pomembno, da je okolje dovolj stimulatивно in raznoliko ter da zagotavlja razvojne spodbude, da lahko otrok vzpostavi odnos z drugimi v svojem okolju (Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

Tušak idr. (2003) navajajo, da različna okolja nudijo družinam drugačne možnosti ukvarjanja s športom. Dejavnike okolja lahko delimo tako na fizične, socialno-ekonomske in kulturne elemente kot tudi na socialno-kognitivne komponente, ki vključujejo vzorce pričakovanja, spodbude in nagrade. Okolje lahko spreminjajo starši in družina kot osnovna mikrosocialna zgradba, kar pa lahko olajša ali oteži fizično dejavnost otrok. Na gibalno dejavnost lahko vpliva izbira vadbenih prostorov, opreme in programov, kar je pomembno za dolgoročno ukvarjanje z določenimi dejavnostmi.

Okoljski dejavniki se navadno obravnavajo na ravni življenjskega prostora. Podrobneje ga lahko razdelimo kot objektivne in zaznane karakteristike fizičnega konteksta, v katerem otroci živijo (dom, soseska), ki vključujejo vidike urbane ureditve (pločniki, igralne površine, promet), prizorišča gibalne dejavnosti (otroška igrišča, parki, šolska igrišča), stopnja kriminala in varnost ter vremenski pogoji (Šimunič idr., 2010).

Rezultati raziskav pričajo o pomembni povezavi med gibalnimi dejavnostmi in dostopnostjo športne infrastrukture ter zaznanimi estetskimi karakteristikami okolja (npr. urejene rekreacijske površine, kolesarske steze ...). Poleg tega je pomembno tudi, koliko časa otrok preživi na prostem. Raziskave kažejo na povezanost okoljskih dejavnikov z otrokovo gibalno dejavnostjo, ki je statistično večja v okolju, kjer obstajajo ustrezne možnosti zanjo. Rezultati študij kažejo na pomembnost stopnje kriminala in varnosti. Kaže se namreč povezanost med gibalno dejavnostjo in stopnjo kriminala v okolici ter ekonomskimi razmerami v bivalnem okolišu. Otroci, ki se ne počutijo varne v svoji soseski, so tako manj gibalno aktivni v primerjavi s tistimi, ki se (Šimunič idr., 2010).

1.5 PSIHOLOŠKI DEJAVNIKI GIBALNE DEJAVNOSTI

Vključenost otroka v gibalne dejavnosti je odvisna tudi od psiholoških dejavnikov, pri čemer v obdobju otroštva raziskujemo naslednje: motivacija za gibalno dejavnost, stališča do gibalne dejavnosti, ocena lastnih značilnosti in gibalnih kompetenc, samospoštovanje in samoučinkovitost (Šimunič idr., 2010).

Kadar se otrok ukvarja s športom, ki mu daje možnosti za razvoj spretnosti in sposobnosti, ki jih bo lahko uporabljal celo življenje, je to zanj idealno. Otroci se zelo razlikujejo od odraslih in imajo za

udejstvovanje v športu drugačne motive in pričakovanja. Zato mora biti izbrani šport prilagojen otrokovi starosti, prav tako pa tudi pričakovanja odraslih do otrokovih dosežkov v športu. Večina otrok ima več motivov za udejstvovanje v športu. Večina od njih ne teži k njemu zaradi zmagovanja, ampak zato, ker v športu uživajo (Tušak idr., 2003).

Na populaciji predšolskih otrok je raziskovanje psiholoških dejavnikov gibalne dejavnosti bolj problematično kot pri starejših populacijah, saj je pri tej starosti sposobnost poročanja samoopazovanja nekoliko okrnjena. Prav tako se večina raziskav na tem področju osredotoča na raziskovanje strukturirane in organizirane vadbe, manj pa je takih, ki bi vključevale ostale gibalne dejavnosti, kot so spontana, neorganizirana gibalna dejavnost, aktivne oblike prevoza itd. (Šimunič idr., 2010).

Rezultati raziskav kažejo na to, da so tisti mladostniki, ki imajo pozitivno stališče do gibalne dejavnosti in z realnim opažanjem lastne učinkovitosti bolj gibalno dejavni kot tisti, pri katerih so te lastnosti manj izražene. Sodeč po rezultatih raziskav, je opaziti tudi negativen odnos med gibalno dejavnostjo in depresivnostjo ter pozitivno povezanost med gibalno dejavnostjo in zaznanimi gibalnimi kompetencami ter gibalnimi namerami mladostnikov. Izsledki študij kažejo, da imajo mladostniki, ki so več gibalno aktivni, tudi višje samospoštovanje od tistih, ki niso (Šimunič idr., 2010).

Šimunič idr. (2010) so ugotovili, da so poglavitni motivi za gibalno dejavnost otrok in mladostnikov, po raziskavah sodeč, naslednji:

- Otroci želijo razviti in pokazati svoje gibalne kompetence;
- Želijo si socialne sprejetosti in podpore s strani vrstnikov in odraslih;
- Gibalne akcije jim predstavljajo zabavo, kar še povečuje pozitivno doživljanje gibalnih dejavnosti in zmanjšuje negativne občutke do le-te.

Vendar pa nekatere longitudinalne raziskave kažejo na to, da se pomembnost motivov in njihova intenzivnost v populaciji otrok in mladostnikov s starostjo spreminja. Motiv mlajših otrok za gibalno dejavnost je predvsem zadovoljstvo in zabava med dejavnostjo, medtem ko je razlog mladostnikov za gibalno dejavnost pridobivanje gibalnih znanj in samoučinkovitost na športnem področju (Šimunič idr., 2010).

1.6 SOCIALNI DEJAVNIKI GIBALNE DEJAVNOSTI

Otroci so gibalno aktivni tudi iz socialnih vidikov. Imajo željo po sodelovanju v ekipi, želijo biti del ekipe. V klub se pogosto vključijo, ker so vanj že vključeni njegovi prijatelji, sošolci itd. Šport predstavlja otroku možnost sklepanja novih prijateljstev (Tušak idr., 2003).

Šimunič idr. (2010) delijo socialne dejavnike v okviru gibalne dejavnosti na podporo staršev in vrstnikov ter vedenjski slog družine. Ponekod sta vključeni še vadbena skupina (vodenje in klima v skupini) in skupinska povezanost ter učinkovitost, ki sta povezani predvsem z organiziranimi oblikami gibalne dejavnosti.

Rezultati številnih raziskav kažejo na povezanost vpliva starševske podpore na ukvarjanje otrok in mladostnikov s športom. Prav podpora staršev oz. skrbnikov naj bi bila ena od ključnih socialnih dejavnikov. Starševsko podporo lahko razložimo kot čustveno podporo (spodbuda, pohvala staršev ...), podporo v smislu vzgleda, vzora (aktivni življenjski slog staršev) in kot materialni vidik podpore (finančna podpora). Med gibalno dejavnostjo staršev in gibalno dejavnostjo otrok se po rezultatih raziskav kaže šibka povezanost. Dalje raziskave kažejo na to, da se aktivni življenjski slog v otroštvu prenese tudi v odraslo dobo. Torej obstaja večja verjetnost, da bo posameznik, ki je aktiven kot otrok, aktiven tudi kot odrasel. Zato je pomembno, da se načela zdravega in aktivnega življenja začnejo uveljavljati čim bolj zgodaj (Šimunič idr., 2010).

1.7 CILJI IN HIPOTEZE

Namen diplomske naloge je bil ugotoviti, ali se mnenje staršev predšolskih otrok o športni vadbi v mestnem okolju razlikuje od mnenja staršev v podeželskem. Zanimalo nas je, ali se v popoldanske gibalne dejavnosti v večji meri vključujejo predšolski otroci s podeželja ali iz mesta. Želeli smo ugotoviti, kateri dejavniki vplivajo na vključevanje otrok v športno vadbo.

Cilji:

- Ugotoviti, ali obstajajo razlike med mnenji staršev predšolskih otrok o vadbi v mestnem in podeželskem okolju.
- Ugotoviti, ali obstajajo razlike med vključenostjo predšolskih mestnih otrok v popoldansko gibalno dejavnost v primerjavi z otroki s podeželja.
- Ugotoviti, ali obstaja povezanost med gibalno dejavnostjo otrok in dejavnostjo njihovih staršev.

Hipoteze:

- Vključenost predšolskih otrok v popoldansko gibalno dejavnost se v mestu in na podeželju razlikuje.
- Otroci staršev, ki se več ukvarjajo s športom, so tudi sami bolj gibalno dejavni.
- Mnenje staršev predšolskih otrok o vadbi v mestnem in podeželskem okolju se bistveno razlikuje.

2. METODE DELA

2.1 PREIZKUŠANCI

Raziskavo smo izvedli na vzorcu 110 staršev predšolskih otrok, starih od 4 do 6 let. Od tega jih je bilo 63 oziroma 57,3% bivaajočih na podeželju, 47 oziroma 42,7% pa v mestu ali predmestju. Povprečna starost staršev iz mestnega okolja je 37 let, staršev podeželskega okolja pa 34,4 let. V raziskavi so sodelovali starši otrok, ki obiskujejo naslednje vrtce: vrtec Sončni žarek v Velikih Laščah, vrtec OŠ Sodražica, vrtec Dominik Savio Karitas Domžale in vrtec Črnuče.

2.2 PRIPOMOČKI

Uporabili smo anketni vprašalnik, ki so ga izpolnjevali starši in je obsegal 15 vprašanj o starših samih in o njihovih otrocih. Večinoma so bila vprašanja zaprtega tipa, pri nekaj vprašanjih pa je bilo potrebno podatek dopisati. Anonimnost anketirancev je bila zagotovljena.

2.3 POSTOPEK

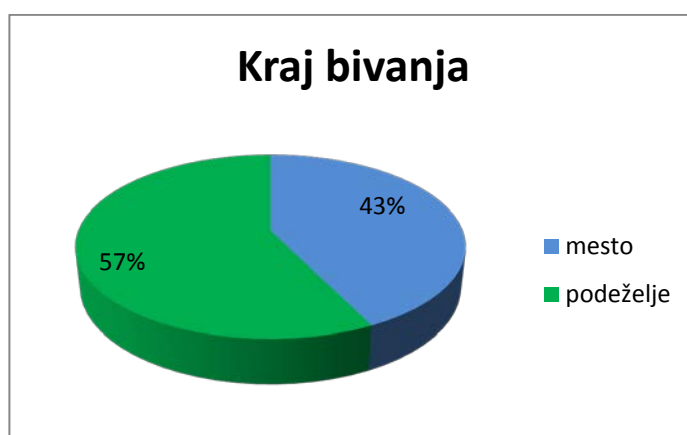
Razdelili smo 207 vprašalnikov v tiskani obliki. Nazaj smo dobili 110 izpolnjenih vprašalnikov, torej 53,1%. Pridobljene podatke smo s pomočjo računalniškega programa Microsoft Office Excel 2007 v deležih prikazali s tortnimi in stolpčnimi grafikoni ter jih obdelali z računalniškim programom SPSS. Za preverjanje hipotez smo uporabili Hi2 test. Statistično značilnost smo ugotavljali na podlagi 5-odstotnega tveganja.

3. REZULTATI IN RAZPRAVA

Na osnovi ciljev, ki smo si jih zastavili v diplomskem delu, in glede na anketni vprašalnik, ki smo ga izvedli pri 110-ih starših, katerih otroci obiskujejo 4 različne vrtce, smo dobili rezultate, ki jih predstavljamo v nadaljevanju diplomskega dela. Rezultati so nazorno predstavljeni v tortnih grafikonih po posameznih sklopih anketnega vprašalnika.

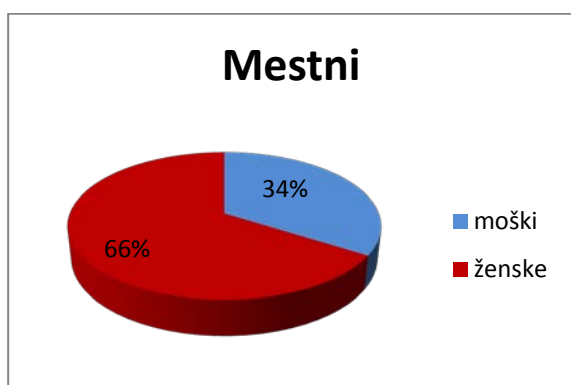
3.1 ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA STARŠE

Na anketni vprašalnik je odgovorilo 110 staršev, od tega 47 takšnih, ki živijo v mestnem ali predmestnem okolju in 63 takšnih, ki živijo v podeželskem okolju, za kar so se opredelili v 1. vprašanju.



Slika 1. Porazdelitev staršev, ki so odgovarjali na anketo glede na kraj bivanja.

2. vprašanje se je nanašalo na spol starša, ki je izpolnjeval anketo.



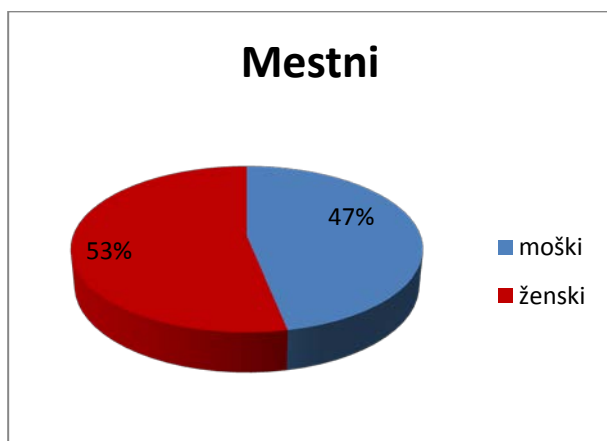
Slika 2. Starši iz mestnega okolja, ki so odgovarjali na anketo, razdeljeni po spolu.



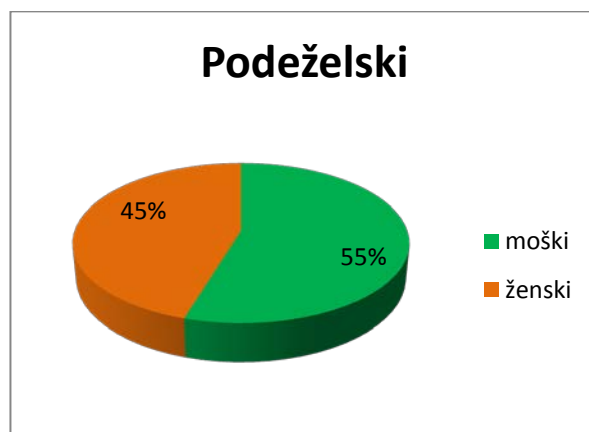
Slika 3. Starši iz podeželskega okolja, ki so odgovarjali na anketo, razdeljeni po spolu.

Iz grafikonov je razvidno, da so anketni vprašalnik v obeh, mestnem in podeželskem okolju, v večjem številu reševale ženske.

4. vprašanje se je nanašalo na spol otroka.



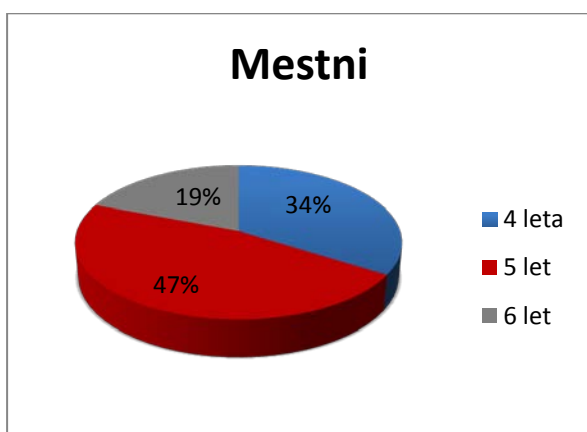
Slika 4. Prikaz odstotka mestnih otrok, ločenih po spolu.



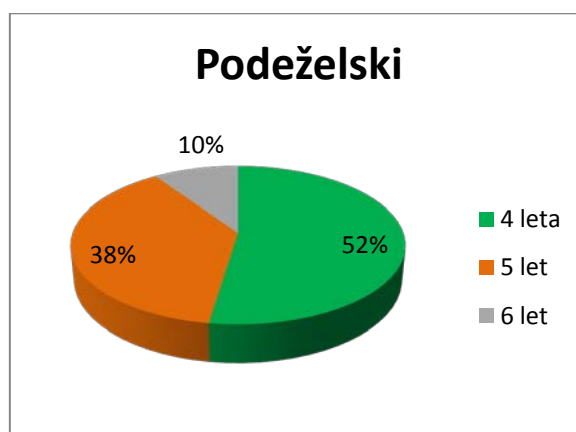
Slika 5. Prikaz odstotka podeželskih otrok, ločenih po spolu.

Opazimo lahko, da pri mestnih otrocih rahlo prevladuje ženski spol, pri podeželskih pa moški.

5. vprašanje se je nanašalo na starost otroka.



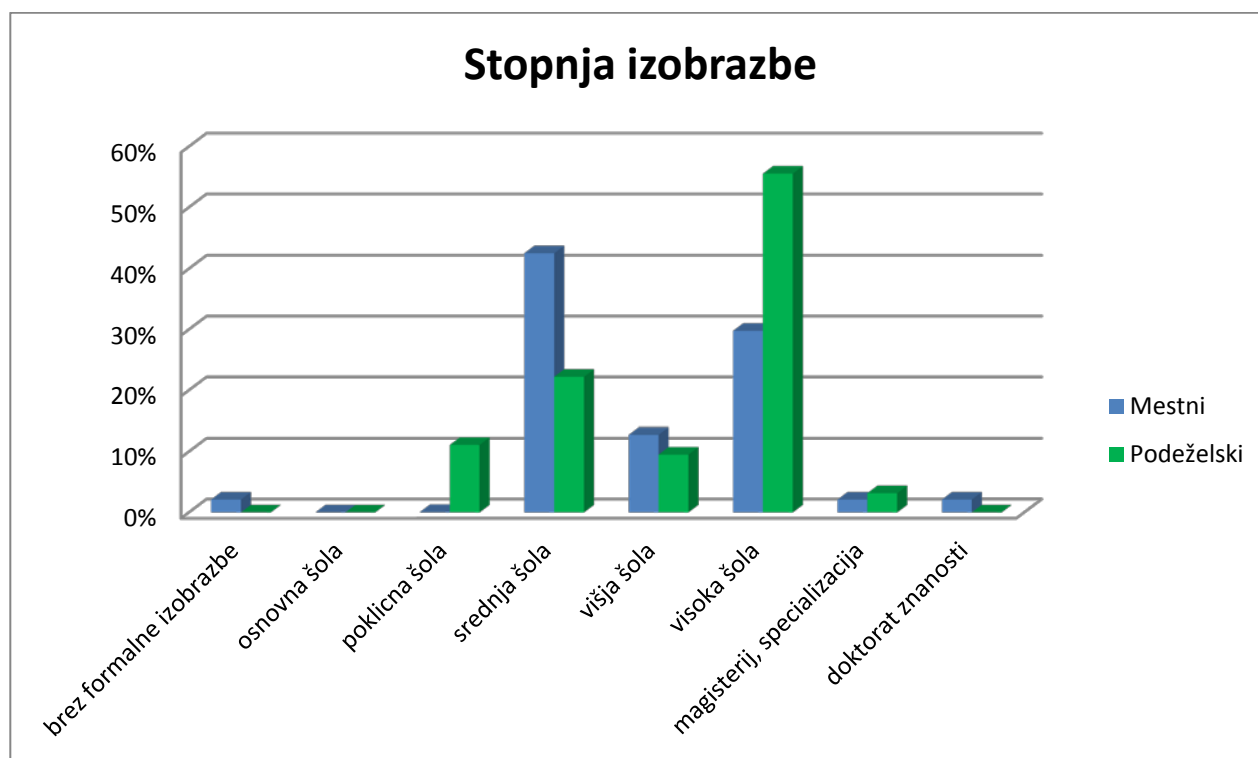
Slika 6. Odstotek starosti mestnih otrok.



Slika 7. Odstotek starosti podeželskih otrok.

V mestnem okolju so odgovarjali večinoma starši 5-letnih otrok, v podeželskem okolju pa starši 4-letnih otrok, oboji predstavljajo približno polovico vseh, ki so izpolnili vprašalnik. Najmanjši delež pa so pri obojih predstavljali 6-letni otroci.

6. Naslednje vprašanje se je nanašalo na izobrazbo starša.



Slika 8. Izobrazba staršev v mestnem in podeželskem okolju.

Na področju izobrazbe staršev otrok je opaznih nekaj razlik, in sicer večji delež tistih s končano srednjo šolo iz mest in večji delež tistih s končano visoko šolo s podeželja.

Zaplatičeva (2009) je ugotovila, da ima največ staršev, sodelujočih pri njeni raziskavi, srednješolsko izobrazbo, tako na vasi kot v mestu. V mestu pa je višja stopnja staršev, ki imajo končano visoko strokovno šolo ali univerzo, prav tako pa tudi tistih, ki imajo narejeno višjo strokovno šolo.

Kropejeva (2001) je ugotovila, da ima največji delež anketirancev v njeni raziskavi tako v vzorcu in celoti kakor tudi po obeh skupinah - v vasi in mestu, srednješolsko izobrazbo. Anketiranih z višjo ali visoko izobrazbo (ali več) je skoraj tretjina, najmanj pa je anketiranih brez formalne izobrazbe ali samo z osnovno šolo.

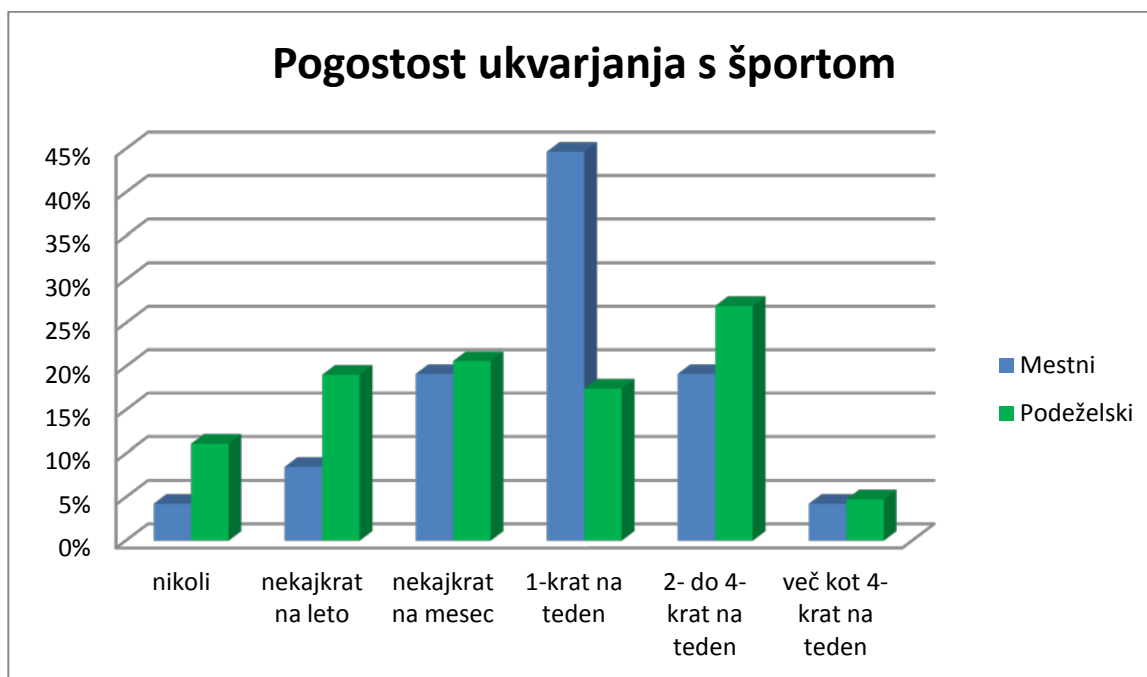
Erjavčeva (2010) je odkrila, da je najpogostejša izobrazba staršev, ki so sodelovali v njeni raziskavi, končana 4-letna šola, kar se delno sklada z rezultati naše raziskave, saj je to najpogostejši odgovor staršev, živečih v mestu, vendar pa ne tudi na podeželju, kjer prevladujejo starši z dokončano visoko šolo.

Tušak idr. (2003) navajajo, da je izobrazba dejavnik, ki vpliva na to, kakšno mnenje imajo starši o gibalni dejavnosti in posledično na materialni položaj družine. Višja izobrazba tako v večini primerov nakazuje tudi boljše gnotno stanje družine. Starši z večjimi prihodki lahko več denarja namenijo za razne pripomočke in s tem otroke dodatno motivirajo in animirajo. Privoščijo si lahko boljše pogoje vadbe in dodatno športno opremo.

Kropejeva in Videmškova (2002) sta v okviru raziskave prišli do sklepa, da večji zaslužek in višja izobrazba staršev pozitivno vplivata na otrokovo gibalno dejavnost.

Šimunič idr. (2010) so podobno ugotovili, da stopnja izobrazbe pomembno vpliva na ukvarjanje otrok s športom, saj se otroci višje izobraženih staršev več ukvarjajo s športom. Poleg tega se otroci višje izobraženih staršev več ukvarjajo s športi, ki zahtevajo dodatno materialno podporo, kar pa je tudi v neposredni povezavi s stopnjo izobrazbe staršev.

7. vprašanje se nanaša na pogostost ukvarjanja staršev s športom.



Slika 9. Pogostost ukvarjanja s športom staršev.

Iz grafikona je razvidno, da so rezultati mestnih in podeželskih staršev primerljivi, večje razlike lahko opazimo pri ukvarjanju s športom 1-krat na teden, kjer prednjačijo starši iz mestnega okolja.

Zaplatičeva (2009) je ugotovila, da se največ staršev s športom ukvarja le 1-krat do nekajkrat na leto, in sicer tako iz mesta kot iz vasi. Ugotovila je, da je več staršev iz vasi kot staršev iz mesta aktivnih 2- do 3-krat na teden. Pri drugih odgovorih pa ni opaznih večjih razlik med deleži staršev iz mesta in iz vasi, razen pri odgovoru »nikoli«, kjer prednjačijo starši iz mesta, torej ravno obratno kot v rezultatih naše raziskave.

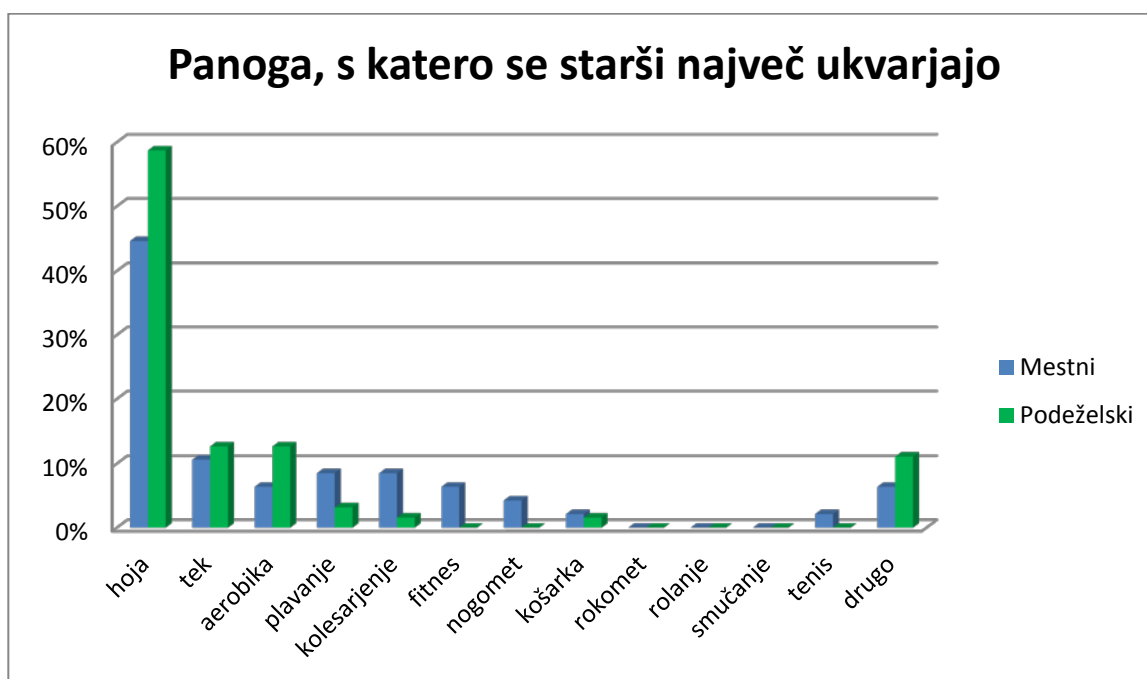
Kropejeva (2001) je ugotovila, da se približno polovica vseh anketiranih s športom ukvarja vsaj enkrat tedensko, ostala polovica pa manj. V njeni raziskavi so opazne tudi bistvene razlike med strukturo anketiranih po pogostosti športnega udejstvovanja, če vzorec analiziramo po skupinah. Rezultati naše raziskave delno potrjuje njene, saj se največ ljudi iz mesta prav tako kot v njenem primeru ukvarja s športom 1-krat tedensko. Vendar pa so drugi odgovori približno enako zastopani, pri čemer se največ staršev s podeželja s športom ukvarja 2- do 4-krat na teden.

Erjavčeva (2010) je odkrila, da se največ staršev, ki so sodelovali v njeni raziskavi, s športom ukvarja enkrat na teden, takoj za njimi pa sledi delež staršev, ki se s športom ukvarjajo 2- do 3-krat na teden. To se delno sklada z rezultati naše raziskave, kjer se starši iz mesta daleč največ ukvarjajo s športom 1-krat na teden, pri starših s podeželja pa prevladuje odgovor 2- do 4-krat na teden, vendar so drugi odgovori približno enako močno zastopani.

Fekonja (2013) je ugotovila, da se največ staršev, sodelujočih pri njeni raziskavi, ukvarja s športom občasno (enkrat na mesec ali samo v času zimskega/letnega dopusta), sledijo starši, ki so aktivni pogosto (vsaj enkrat na teden).

Zajec, Videmšek, Štihec in Šimunič (2010) navajajo, da po podatkih njihove raziskave kar 35,4% vprašanih staršev predšolskih otrok posveti neorganiziranim gibalnim dejavnostim manj kot dve uri časa na teden. Glede na to, da strokovnjaki svetujejo, naj se posameznik giblje vsaj 2-krat toliko za vzdrževanje svojega zdravja, so ti rezultati zaskrbljujoči.

8. vprašanje se nanaša na športno panogo, s katero se starši največ ukvarjajo.



Slika 10. Panoga, s katero se starši iz mesta in podeželja največ ukvarjajo.

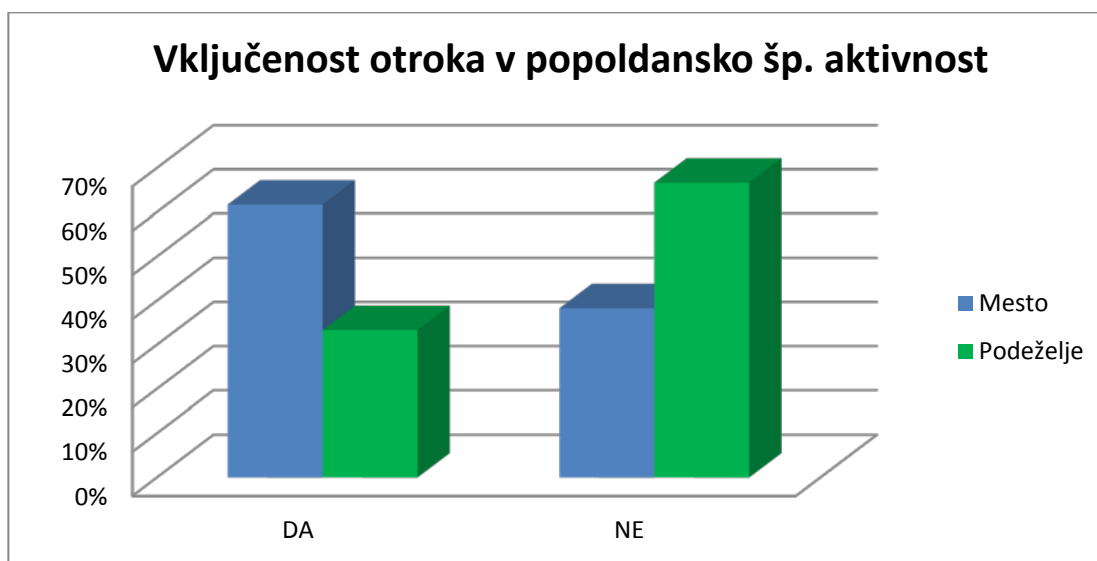
Rezultati ukvarjanja s posamezno panogo so v mestu in na podeželju precej primerljivi, v obeh primerih se starši daleč največ ukvarjajo s hojo.

Do rezultatov, da se starši največ ukvarjajo s hojo in tekom, je prišla tudi Zaplatičeva (2009). Vendar pa so se pokazale razlike v drugih panogah, saj je ugotovila, da je drugo uvrščena panoga po pogostosti ukvarjanja staršev v mestu kolesarjenje, sledi pa ji rolanje.

Erjavčeva (2010) je ugotovila, da se tudi v njeni raziskavi starši največ ukvarjajo s hojo, vendar pa kmalu za tem sledi odgovor kolesarjenje, temu pa odbojka. V naši raziskavi pa se starši poleg hoje ukvarjajo s tekom in aerobiko.

Fekonja (2013) je med raziskovanjem gibalne dejavnosti predšolskih otrok na Ptujju ugotovila, da se večina staršev ukvarja s kolesarjenjem, pohodništvom in tekom. Vendar pa v svojem anketnem vprašalniku ni imela hoje kot možnosti odgovora.

9. vprašanje starše sprašuje, ali je njihov otrok vključen v kakšno popoldansko gibalno dejavnost.



Slika 11. Vključenost otroka v popoldansko gibalno dejavnost.

Iz rezultatov je razvidno, da je večji odstotek mestnih kot podeželskih otrok vključenih v popoldansko gibalno dejavnost.

Zajec, Videmšek, Štihec in Šimunič (2011) so v svoji raziskavi dokazali, da so otroci staršev, ki se pogosteje ukvarjajo z organizirano ali neorganizirano vadbo, tudi sami bolj aktivni. Do takšnih rezultatov sta prišli tudi Kropjejeva in Videmškova (2002), ki sta ugotovili, da gibalno aktivne družine bolj stimulirajo svoje otroke, da bi bili tudi sami gibalno aktivni. Zapisali sta tudi, da se starši, ki živijo v mestnem okolju, bolj zavedajo pomena organizirane športne vadbe za otroke in jih v večji meri vključujejo vanje kot starši s podeželja. Poleg tega sta ugotovili, da so otroci, ki živijo v mestu, bolj gibalno aktivni.

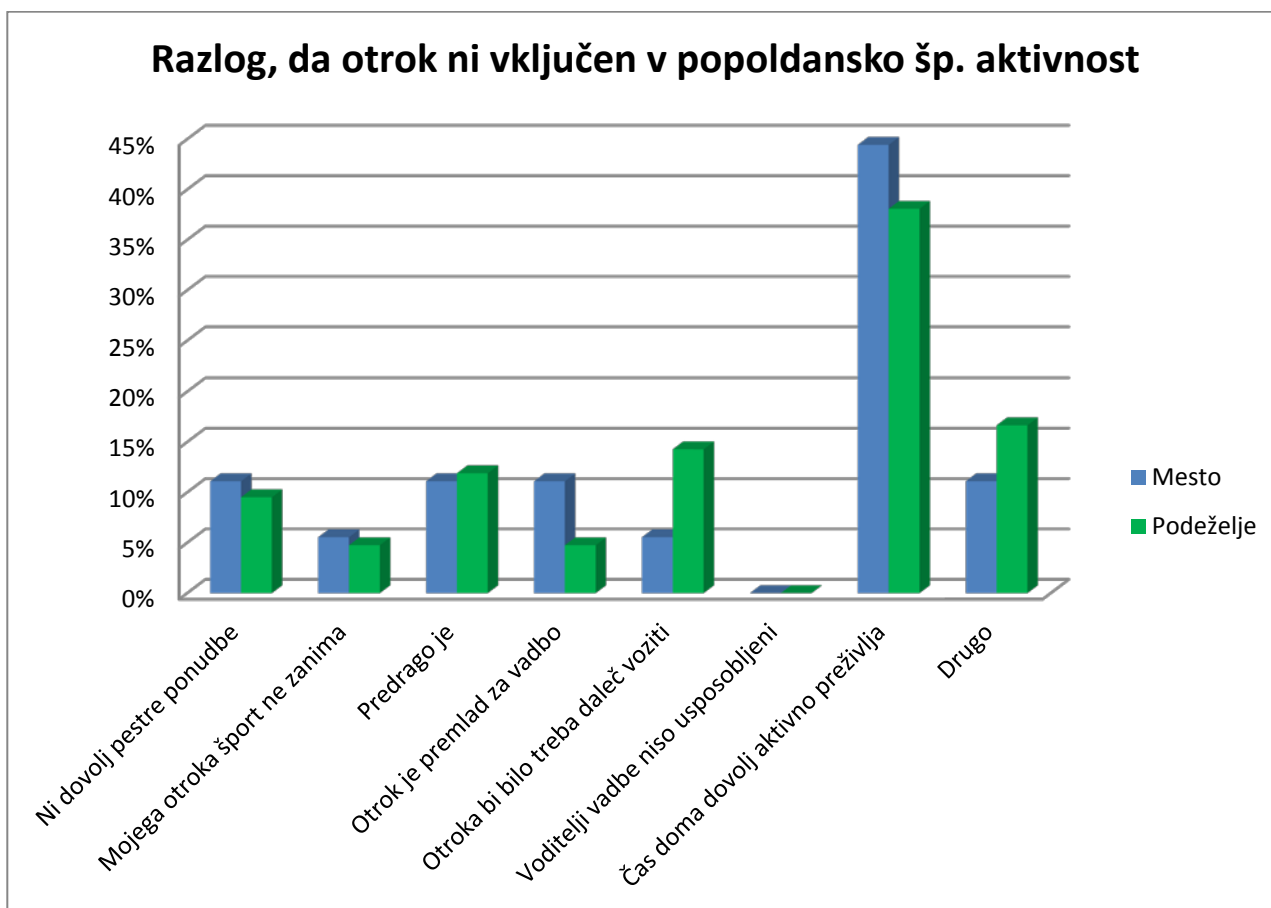
V podobni raziskavi sta Kropjejeva in Videmškova (2003, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010) ugotovili, da se približno polovica otrok, starih med 4 in 6 let, ne ukvarja z nobeno dejavnostjo. V primeru naše raziskave otroci, ki živijo v mestu, te številke ne dosežejo, saj se jih z nobeno dejavnostjo ne ukvarja 38%, otroci, ki živijo na podeželju, pa to številko celo presežejo, saj jih v nobeno dejavnost ni vključenih kar 67%.

Do različnih rezultatov pa je prišla Hvalec (2010), ki je raziskovala gibalne dejavnosti otrok prvega triletja mestnih in podeželskih osnovnih šol podravske regije. Ugotovila je, da ni razlik v gibalni dejavnosti otrok v mestu in na podeželju.

Do različnih rezultatov je prišla tudi Zaplatičeva (2009), ki je ugotovila, da se na vasi veliko več otrok udeležuje organizirane gibalne dejavnosti.

Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič (2010) ugotavljajo, da obstajajo dejavniki, ki vplivajo na pogostost ukvarjanja s gibalnimi dejavnostmi predšolskih otrok, zelo pomemben je pozitiven zgled njihovih staršev. Med drugimi dejavniki je najpomembnejša gibalna dejavnost staršev. Iz rezultatov naše raziskave je razvidno, da je večji odstotek mestnih kot podeželskih otrok vključenih v popoldansko gibalno dejavnost, opaziti pa se da, da se malenkost večji odstotek staršev v mestih bolj pogosto ukvarja s športom kot tistih na podeželju.

10. vprašanje se je nanašalo na najpomembnejši razlog staršev, da se njihov otrok ne ukvarja z nobeno popoldansko gibalno dejavnostjo.



Slika 12. Najpomembnejši razlog, da otrok ni vključen v popoldansko šp. dejavnost.

Razlogi, da otrok ni vključen v nobeno popoldansko dejavnosti, so precej primerljivi med mestnimi in podeželskimi otroci. Razlike se pojavljajo v razlogu, da bi bilo potrebno otroka daleč voziti na vadbo, kjer prednjačijo podeželski otroci.

Razlike je opaziti tudi v razlogu »Otrok je premlad za vadbo«, za katerega se je odločil večji delež staršev iz mesta, kar je zanimivo, saj so bili otroci iz mest, katerih starši so izpolnjevali vprašalnik, starejši od otrok staršev s podeželja.

Večji odstotek staršev s podeželja kot staršev iz mest se je opredelil za razlog »Otroka bi bilo na vadbo potrebno daleč voziti« kot primarni razlog, zakaj otrok ni vključen v nobeno popoldansko gibalno dejavnost, kar se nam zdi razumljivo, saj nekatere družine živijo na bolj odmaknjenih krajih in daleč stran od različnih ustanov, tudi takšnih, ki ponujajo vadbo za otroke.

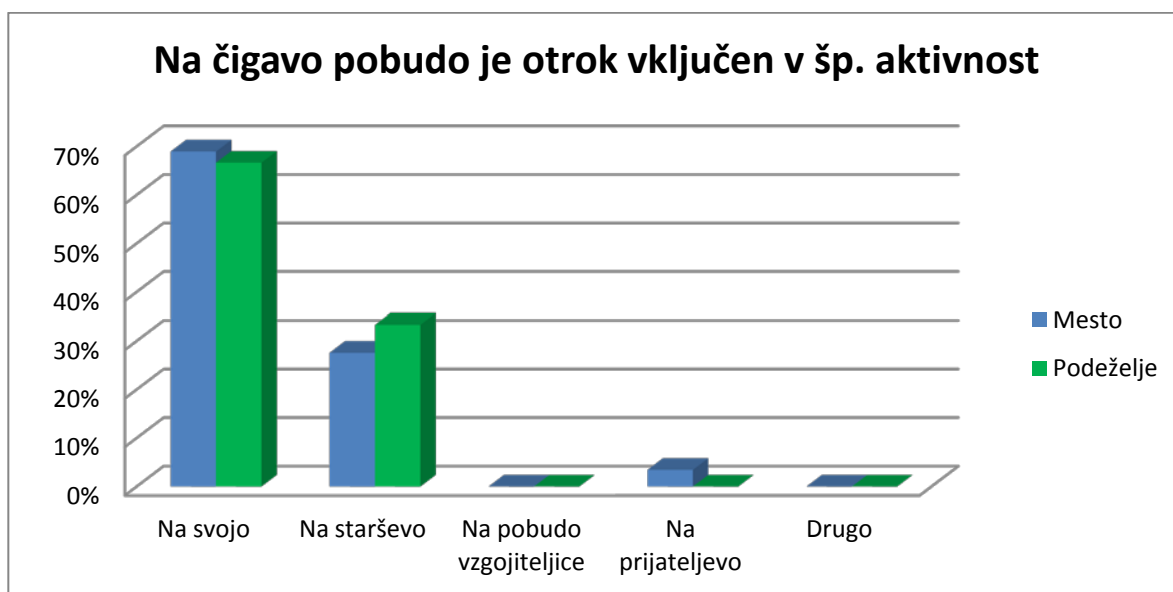
Hvalec (2010) je ugotovila, da zelo velik odstotek staršev, ki živijo na podeželju, meni, da je v njihovem okolju ponudba izvenšolskih gibalnih dejavnosti za otroke prvega triletja mestnih in podeželskih osnovnih šol podravske regije premajhna, velika veličina staršev, ki živijo v mestu, pa je mnenja, da je dovolj velika. Sama sem prišla do drugačnih rezultatov, saj se je za razlog, da se njihov otrok ne udeležuje nobene popoldanske vadbe, odločil približno enak odstotek staršev iz mesta in podeželja.

Erjavčeva (2010) je ugotovila, da je najpomembnejši razlog, da starši svojih otrok na Kočevskem ne vključujejo v organizirane gibalne dejavnosti ta, da se jim zdi to predrago. Sledijo trije enako zastopani odgovori: »ni pestre ponudbe«, »predaleč« in »drugo«. Ti rezultati se razlikujejo od rezultatov naše raziskave, vendar velja omeniti, da ona ni ponudila možnosti odgovora »čas doma dovolj aktivno preživlja«, kar je bil najbolj zastopan odgovor v naši raziskavi.

Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič (2010) so zapisali, da je v mestih športna ponudba široka, vendar draga. Na vaseh pa naj bi bilo boljše izhodišče za vadbo v naravi, vendar pa je športna ponudba običajno manjša. V naši raziskavi pa se je približno enak odstotek staršev iz mest, prav tako pa tudi s podeželja, opredelil za razlog »ni dovolj pestre ponudbe« kot primarni razlog, da njihov otrok ne obiskuje nobene popoldanske športne vadbe.

Od 11. vprašanja naprej so odgovarjali samo starši, ki so na 9. vprašanje odgovorili pritrdilno, torej da se njihov otrok udeležuje popoldanske športne vadbe.

Pri 11. vprašanju so starši odgovarjali, na čigavo pobudo je otrok vključen v športni program.



Slika 13. Pobudnik, da je otrok vključen v gibalno dejavnost.

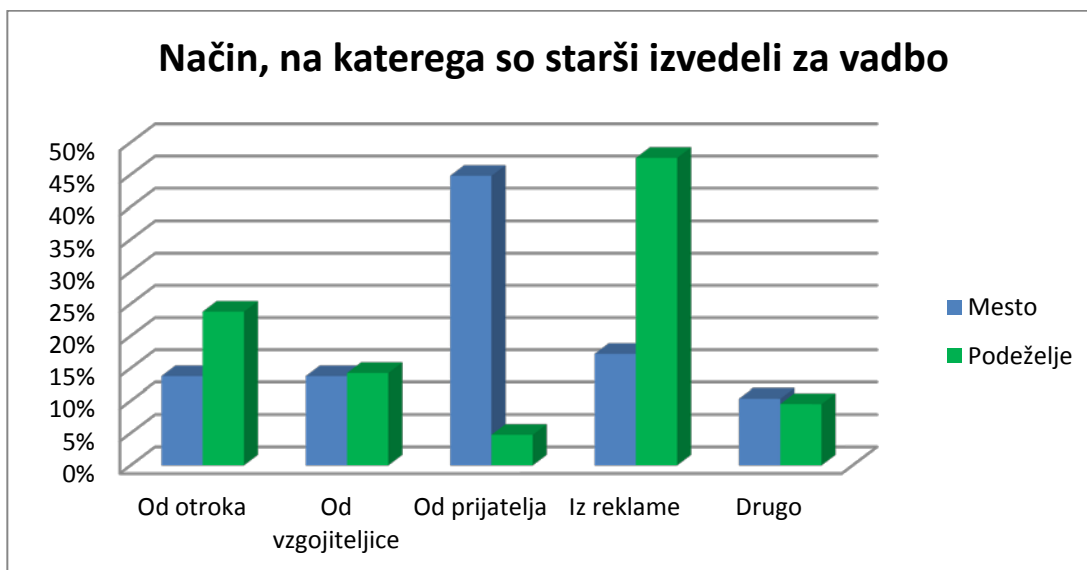
Na vprašanje »Kdo je pobudnik otrokove vključenosti v gibalno dejavnost?« so bili odgovori med mestnimi in podeželskimi otroci precej primerljivi, največ otrok iz obeh okolij je v vadbo vključenih na svojo lastno željo, kar se nam zdi spodbudno in zaželeno.

Zaplaticeva (2009) je prišla do zaključkov, da je bil v večini primerov tako na vasi kot v mestu pobudnik za vključitev v program otrok sam, nekateri starši pa so vadbo svojim otrokom izbrali sami, kakršni so tudi rezultati naše raziskave.

Fekonja (2013) je prav tako ugotovila, da je bil v največji meri otrok sam pobudnik za vključitev v gibalno dejavnost.

Tomčeva (2010) pa je prišla do različnih rezultatov, in sicer da so v veliki večini pobudniki za vključitev otrok v gibalno dejavnost starši, temu pa sledi odgovor »otrok sam«.

Pri 12. vprašanju so starši odgovarjali, na kakšen način so izvedeli za športno vadbo, v katero je vključen njihov otrok.

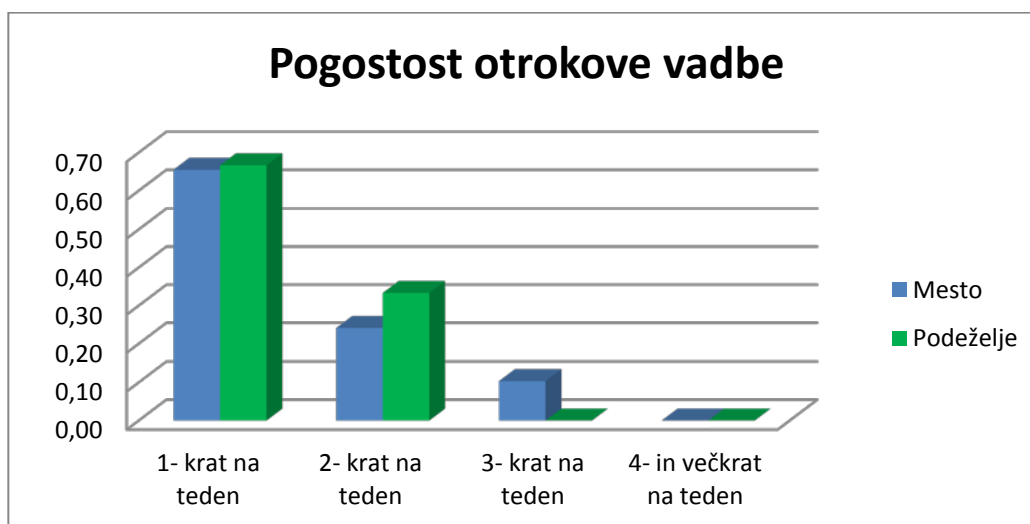


Slika 14. Način, na katerega so starši izvedeli za gibalno vadbo, v katero je vključen otrok.

Iz rezultatov je razvidno, da se pojavljajo velike razlike med številom staršev, ki so za vadbo, v katero je vključen otrok, izvedeli od prijatelja, kjer prednjačijo starši iz mesta in tistih, ki so za vadbo izvedeli iz reklame, kjer prednjačijo starši s podeželja.

Zaplatičeva (2009) je ugotovila, da je največ staršev predšolskih otrok na vasi za športno vadbo izvedelo od otrokove vzgojiteljice ali pa jim je otrok povedal sam, kar se od naših rezultatov razlikuje. Staršem v mestu pa so za vadbo v večini primerov povedali prijatelji, kar se je izkazalo tudi v primeru naše raziskave.

13. vprašanje se nanaša na pogostost otrokove vadbe.



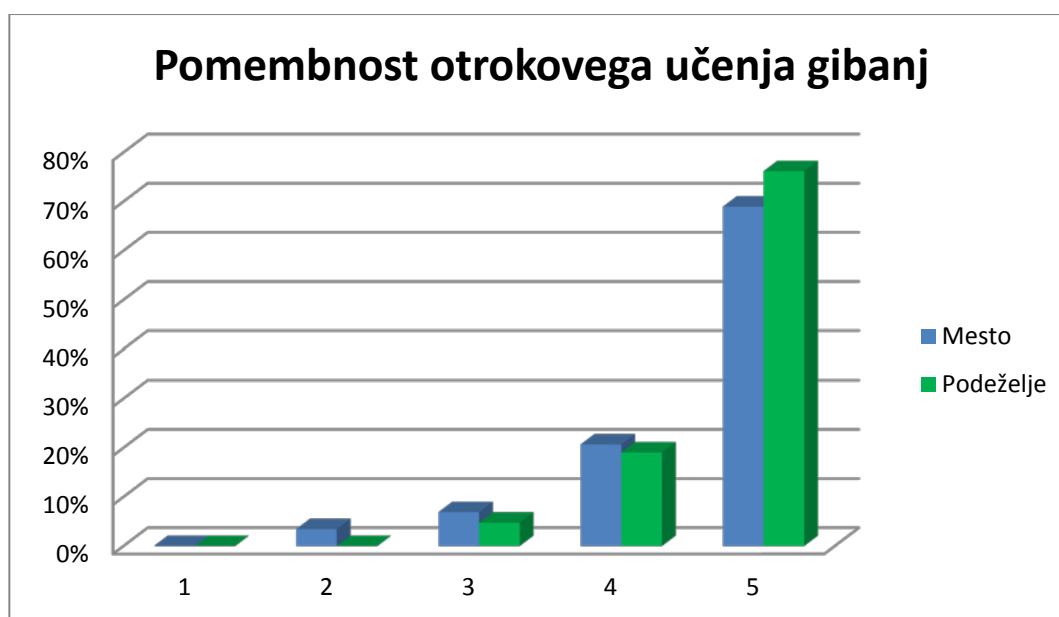
Slika 15. Pogostost otrokove vadbe.

Rezultati o pogostosti otrokove vadbe ne kažejo posebnih razlik med mestnimi in podeželskimi otroci.

Fekonja (2013) je ugotovila, da se največ otrok, vključenih v organizirane gibalne dejavnosti, ukvarja z njimi 2-krat tedensko, sledil je delež otrok, ki se z njimi ukvarjajo 1-krat tedensko.

Pri 14. vprašanju so starši morali po pomembnosti oceniti različne vidike otrokove vadbe. (1 - ne zdi se mi pomembno; 5 - zdi se mi zelo pomembno)

a) Otrok se uči pomembnih gibanj



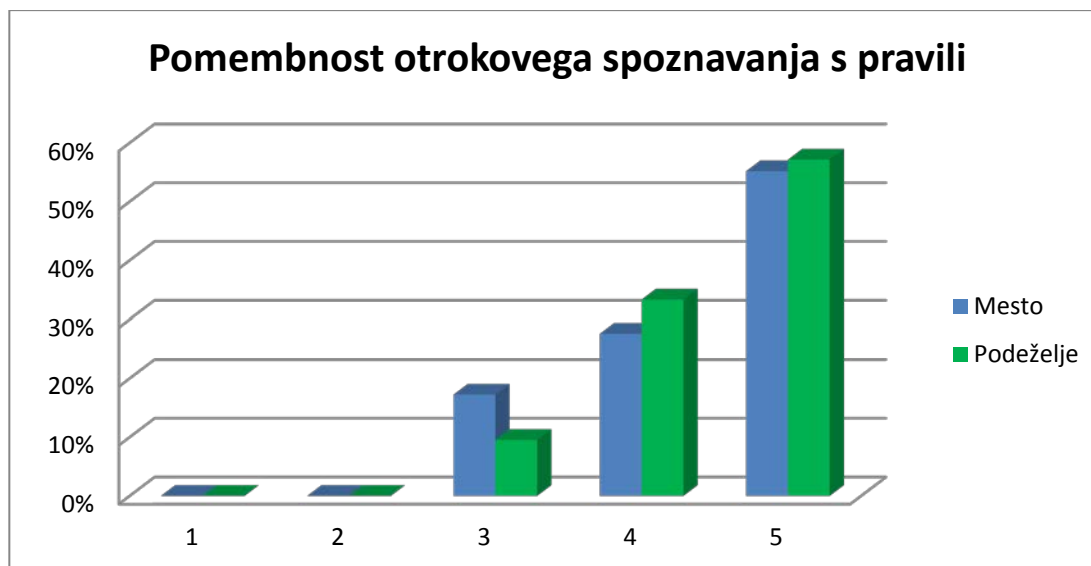
Slika 16. Starševo mnenje o pomembnosti otrokovega učenja pomembnih gibanj.

Rezultati kažejo na to, da ni večjih razlik med mnenjem staršev mestnih in podeželskih otrok o pomembnosti učenja novih gibanj.

Tudi Urankarjeva (2013) je ugotovila, da je izboljšanje gibalnih sposobnosti otroka pomemben razlog staršev, da otroka vpišejo k vodeni športni vadbi.

Do podobnih rezultatov je prišla tudi Zaplatičeva (2009), ki ugotavlja, da je staršem pri vključitvi otroka v organizirano športno vadbo najbolj pomembno, da otrok na ta način razvija svoj gibalni in telesni razvoj.

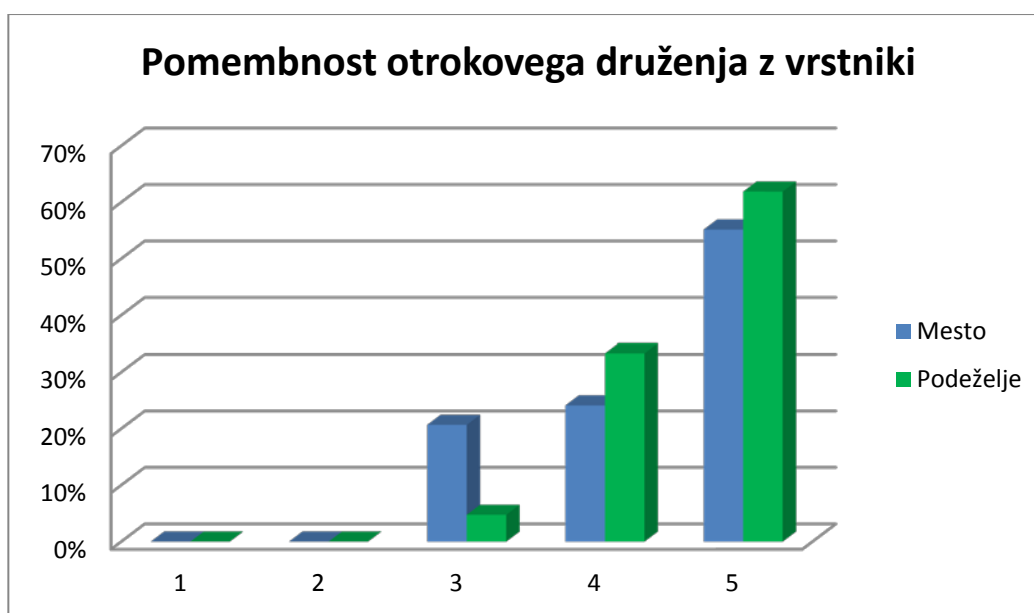
b) Otrok se spoznava s pravili in fair playem



Slika 17. Starševo mnenje o pomembnosti otrokovega spoznavanja s pravili in fair playem.

Starši otrok iz mestnega in podeželskega okolja imajo zelo podobno mnenje o pomembnosti otrokovega spoznavanja s pravili in fair playem, kot je razvidno iz Slike 17.

c) Otrok spoznava vrstnike in se druži z njimi.

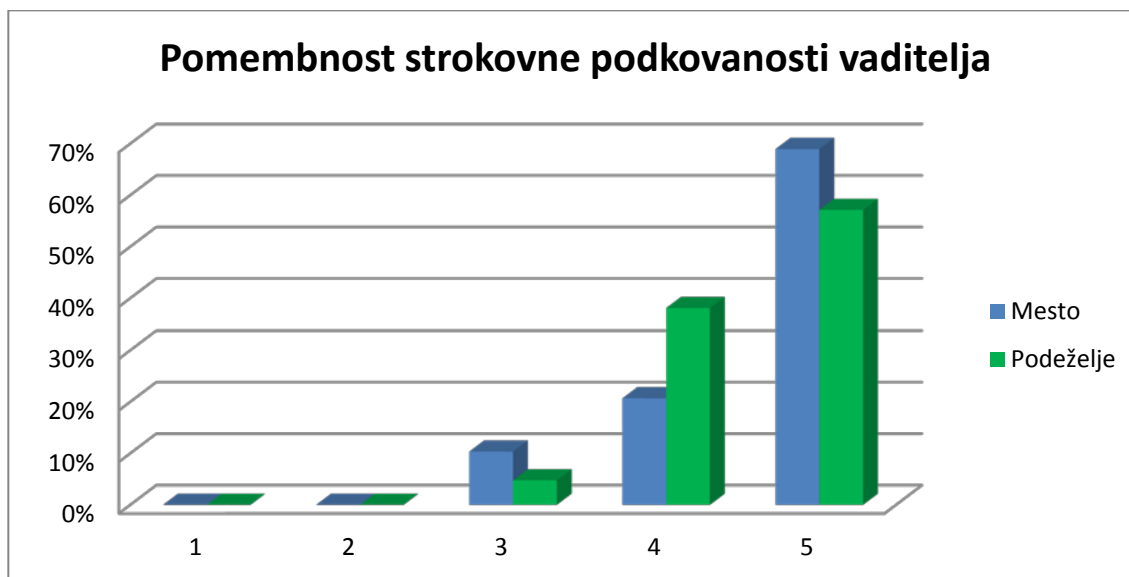


Slika 18. Mnenje staršev o pomembnosti otrokovega spoznavanja vrstnikov in druženja z njimi.

Med mnenjem staršev mestnih in podeželskih otrok ni večjih razlik v pomembnosti otrokovega spoznavanja z vrstniki in druženja z njimi.

Zaplatičeva (2009) je ugotovila, da je staršem v primerjavi z drugimi dejavniki manj pomembno, da njihov otrok ob vadbi sklepa prijateljstva, sploh staršem, ki živijo v mestu. V naši raziskavi pa je bila pomembnost otrokovega spoznavanja vrstnikov in druženja z njimi ocenjena približno enako kot drugi vidiki otrokove vadbe.

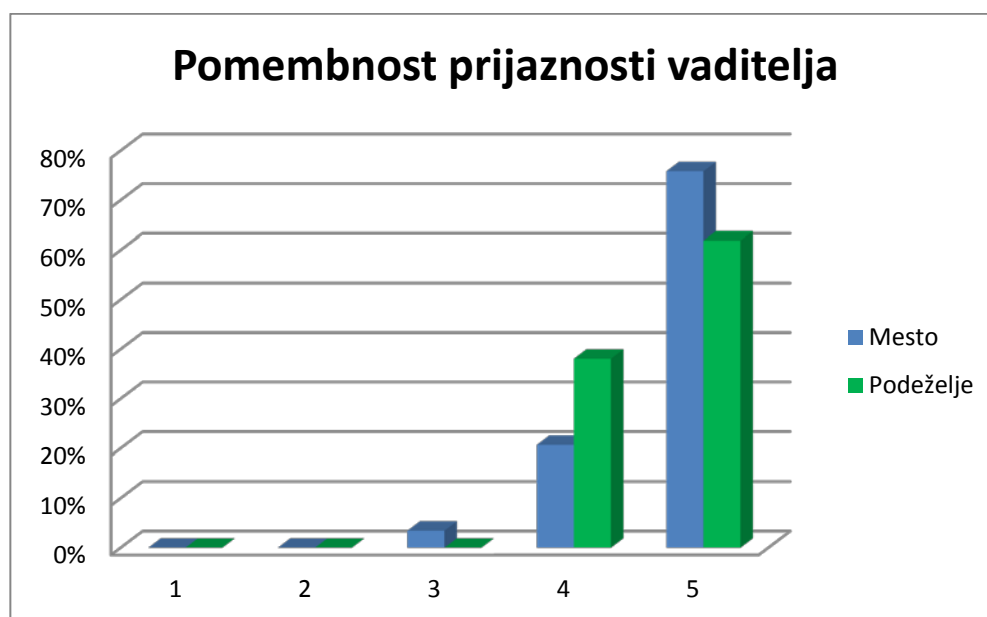
d) Vaditelj je ustrezno strokovno podkovan



Slika 19. Mnenje staršev o pomembnosti strokovne podkovanosti vaditelja.

Iz rezultatov so razvidne manjše razlike med mnenji staršev mestnih in podeželskih otrok o pomembnosti strokovne podkovanosti vaditelja. Večjemu odstotku staršev, ki živijo na podeželju, v primerjavi s starši iz mesta je ta vidik vadbe pomemben. Po drugi strani se zdi večjemu odstotku staršev, ki živijo v mestu, kot tistim, ki živijo na podeželju, ta vidik vadbe zelo pomemben.

e) Vaditelj je prijazen in razumevajoč



Slika 20. Mnenje staršev o pomembnosti vaditelja, ki je prijazen in razumevajoč.

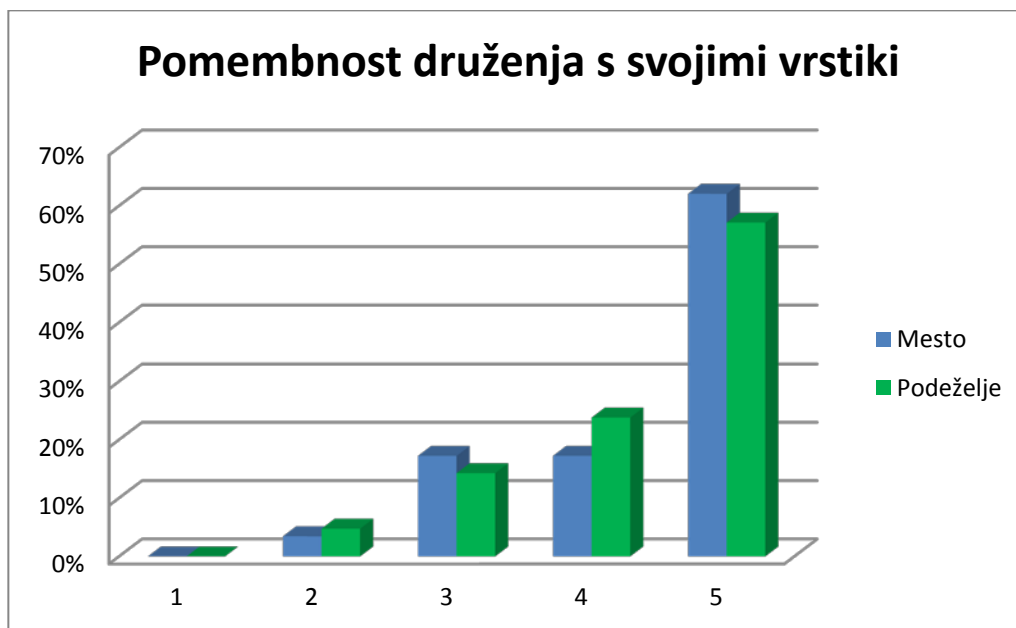
Razlike med mnenji staršev iz mesta in s podeželja so majhne, večjemu deležu staršev s podeželja kot iz mesta je ta vidik vadbe pomemben. Večjemu deležu staršev iz mesta kot s podeželja pa je ta vidik zelo pomemben.

Duncan (1997, v Tušak idr., 2003) je raziskoval, zakaj pravzaprav starši svoje otroke spodbujajo k športu. Opravi je na skupino usmerjene intervjuje z vrhunskimi športniki, trenerji in starši ter poskušal s pomočjo njih odgovoriti na to vprašanje. Starši so našli veliko prednosti aktivnega ukvarjanja s športom. Po njihovem mnenju se otroci na ta način vključujejo v timsko delo, šport jih tudi mentalno stimulira, jim pomaga, da se znebijo agresivnosti zaradi pritiskov v šoli, omogoča druženje z drugimi, otroci se zabavajo, vadijo, kar je dobro za zdravje, veliko časa preživijo v naravi, šport izgraja samozavest, pomemben je za dober fizični razvoj, otroci se naučijo discipline in dobrih navad ter se izognejo slabim (kajenje, popivanje), naučijo se organizirati svoj čas pri usklajevanju domačih nalog, športa in drugih dejavnosti, šport jih zaposluje med počitnicami, naučijo se tekmovati, kar je dobro za vsakdanje življenje in koristno za dober ugled, ko iščeš službo in delaš kariero. Vendar pa naj bi se razlogi staršev za podporo otrokovega ukvarjanja s športom razlikovali. Očetje namreč bolj poudarjajo tekmovalne razloge, medtem ko matere navajajo naslednje: napredovanje pri osvajanju veščin, vzdrževanje dobre telesne kondicije, pridobivanje moštvenega duha in občutka pomembnosti.

Vendar pa se je kljub poudarjanju pomembnosti vpliva staršev kot spodbujevalcev za aktivno gibalno dejavnost svojih otrok v mednarodni raziskavi pokazalo, da so tako matere kot tudi očetje med spodbujevalci za gibalno udejstvovanje svojih otrok po rangi za sorojenci, vrstniki, televizijo, učitelji športne vzgoje... (Tušak idr., 2003).

15. vprašanje se nanaša na ocene pomembnosti različnih vidikov vadbe po mnenju otroka.

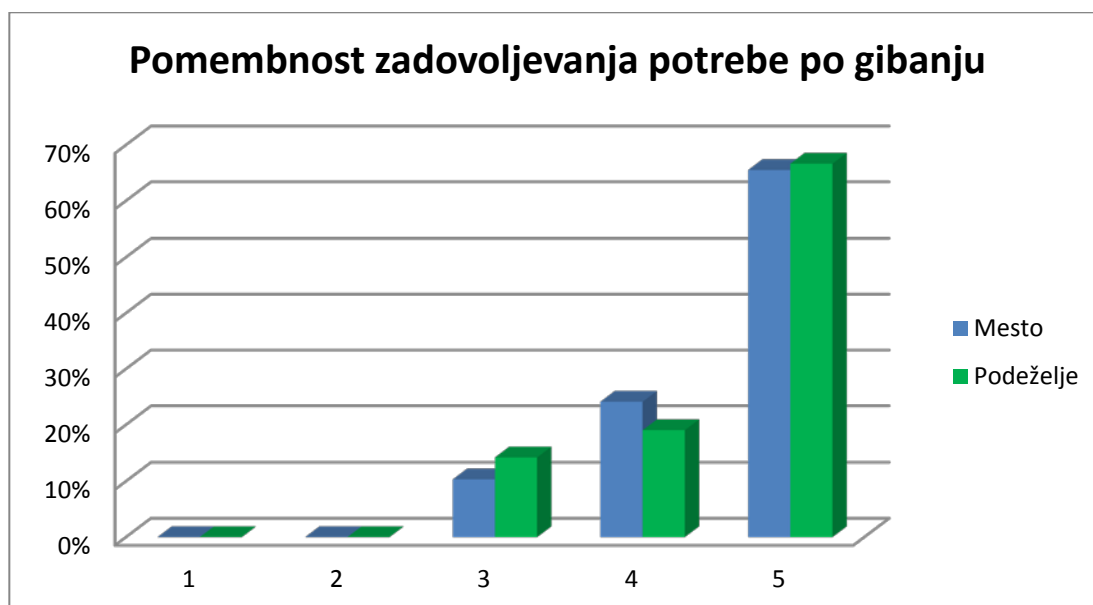
a) Druži se s svojimi vrstniki in spoznava nove prijatelje.



Slika 21. Mnenje otroka o pomembnosti druženja s svojimi vrstniki.

Med mnenjem otrok iz mesta in s podeželja o pomembnosti druženja s svojimi vrstniki in spoznavanjem novih prijateljev ni večjih razlik.

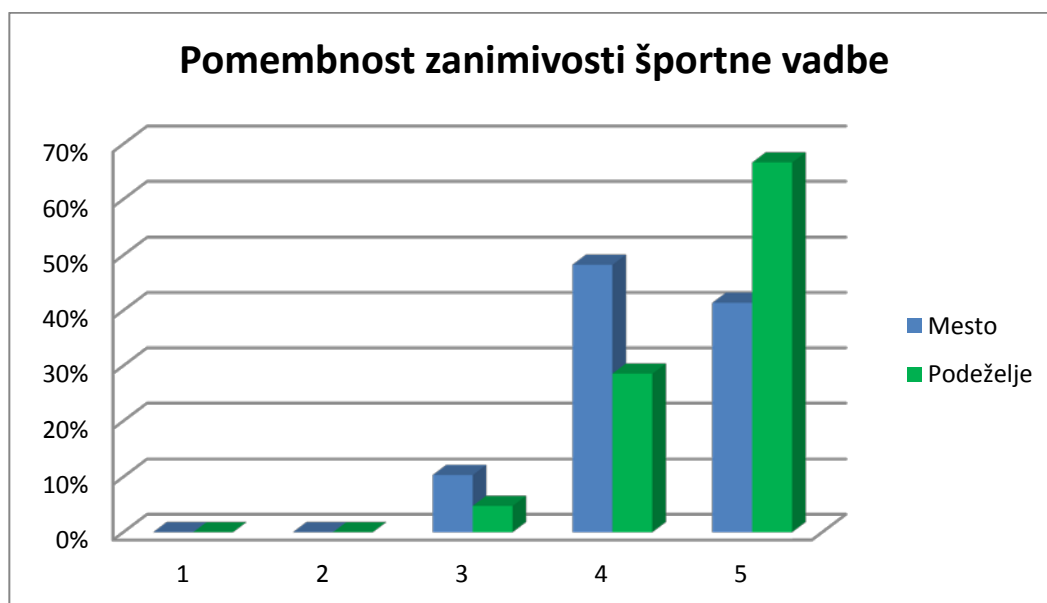
b) Zadovoljuje potrebo po gibanju in igri



Slika 22. Mnenje otrok o pomembnosti zadovoljevanja potrebe po gibanju in igri.

Med mnenjem otrok iz mesta in s podeželja o pomembnosti zadovoljevanja potrebe po gibanju in igri ni večjih razlik, kot je razvidno iz Slike 22.

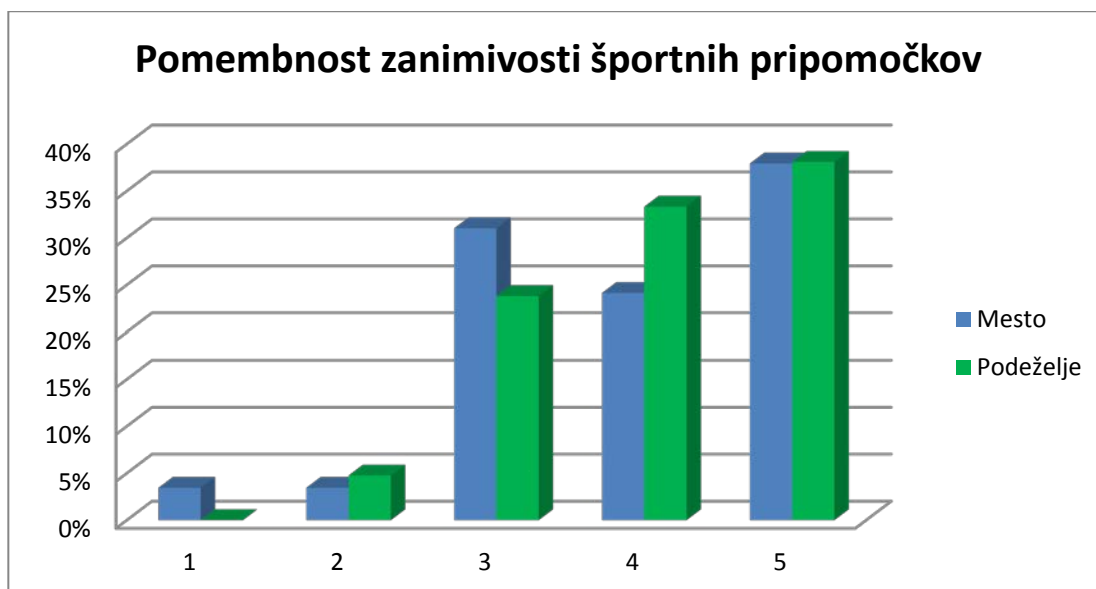
c) Zanimivost športne vadbe



Slika 23. Mnenje otrok o pomembnosti zanimivosti športne vadbe.

Iz Slike 23 je razvidno, da je večjemu odstotku mestnih kot podeželskih otrok zanimivost športne vadbe pomembna. Večjemu odstotku podeželskih kot mestnih otrok pa je zanimivost vadbe zelo pomembna.

d) Zanimivost športnih pripomočkov



Slika 24. Mnenje otrok o pomembnosti zanimivosti športnih pripomočkov.

Med mnenjem otrok iz mesta in s podeželja o pomembnosti zadovoljevanja potrebe po gibanju in igri ni večjih razlik.

Zaplaticeva (2009) je ugotovila, da je otrokom z vasi najbolj všeč, da na vadbi spoznavajo vrstnike in z njimi aktivno sodelujejo, otrokom iz mesta pa je najbolj všeč vsebina vadbe, ki jo obiskujejo. V okviru naše raziskave pa smo prišli do rezultatov, da je tako otrokom s podeželja kot otrokom iz mesta približno enako pomembno druženje s svojimi vrstniki, kar se tiče pomembnosti zanimivosti športne vadbe, pa se je večji odstotek otrok iz mesta opredelil, da jim je ta vidik vadbe pomemben, večji odstotek otrok s podeželja pa, da jim je ta vidik vadbe zelo pomemben, torej ravno obratno kot pri Zaplaticevi. Seveda pa moramo imeti v mislih, da bi ti rezultati lahko imeli drugačne vrednosti, če bi jih izpolnjevali otroci sami in ne starši v njihovem imenu.

3.2 PREVERJANJE HIPOTEZ

H1: Vključenost predšolskih otrok v popoldansko gibalno dejavnost se v mestu in na podeželju razlikuje.

Tabela 1

Vključenost otrok v popoldansko športno vadbo glede na kraj bivanja

			Ali vaš otrok obiskuje kakšno popoldansko športno vadbo?		Skupaj
			da	ne	
Kraj bivanja	mesto	Št. odgovorov	29	18	47
		%	61,7	38,3	100,0
	vas	Št. odgovorov	21	42	63
		%	33,3	66,7	100,0
Skupaj		Št. odgovorov	50	60	110
		%	45,5	54,5	100,0

	X ²	Sig.
Pearsonov X ² test	8,738	,004

Legenda: X² - vrednost testa; Sig – statistična značilnost testa

Hipotezo 1 lahko potrdimo; obstajajo razlike pri vključenosti predšolskih otrok v popoldansko gibalno dejavnost v mestu in na podeželju. Otroci, ki živijo v mestu, se statistično značilno več vključujejo v popoldansko gibalno dejavnost.

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

Tabela 2

Vključenost otrok v popoldansko športno vadbo glede na pogostost ukvarjanja s športom staršev

			Ali vaš otrok obiskuje popoldansko šp. vadbo?		Skupaj	
			DA	NE		
Kako pogosto se vi ukvarjate s športom?	nikoli	Št. odgovorov	3	6	9	
		%	33,3	66,7	100,0	
	nekajkrat na leto	Št. odgovorov	2	14	16	
		%	12,5	87,5	100,0	
	nekajkrat na mesec	Št. odgovorov	6	15	21	
		%	28,6	71,4	100,0	
	1- krat na teden	Št. odgovorov	19	13	32	
		%	59,4	40,6	100,0	
	2- do 4- krat na teden	Št. odgovorov	18	8	26	
		%	69,2	30,8	100,0	
	več kot 4- krat na teden	Št. odgovorov	2	4	6	
		%	33,3	66,7	100,0	
	Skupaj		Št. odgovorov	50	60	110
			%	45,5	54,5	100,0

	X ²	Sig.
Pearsonov X ² test	18,741	,002

Legenda: X² - vrednost testa; Sig – statistična značilnost testa

Hipotezo 2 lahko potrdimo; pogostost ukvarjanja s športom staršev je povezana z vključenostjo njihovih otrok v gibalne dejavnosti. Otroci staršev, ki se več ukvarjajo s športom, so statistično značilno pogosteje vključeni v gibalne dejavnosti.

H3: Mnenje staršev predšolskih otrok o vadbi v mestnem in podeželskem okolju se bistveno razlikuje.

Tabela 3

Ukvarjanje s športno panogo glede na kraj bivanja

		Kraj bivanja				Skupaj	
		mesto		vas			
		Št. odg.	%	Št. odg.	%	Št. odg.	%
Športna	hoja	21	44,7	34	54,0	55	50,0
panoga	tek	5	10,6	8	12,7	13	11,8
	aerobika	3	6,4	8	12,7	11	10,0
	plavanje	4	8,5	2	3,2	6	5,5
	kolesarjenje	4	8,5	1	1,6	5	4,5
	fitnes	3	6,4	0	0,0	3	2,7
	nogomet	2	4,3	0	0,0	2	1,8
	košarka	1	2,1	1	1,6	2	1,8
	tenis	1	2,1	0	0,0	1	0,9
	drugo	3	6,4	9	14,3	12	10,9
Skupaj		47	100,0%	63	100,0	110	100,0

	X ²	Sig.
Pearsonov X ² test	15,505	,052

Legenda: X² - vrednost testa; Sig – statistična značilnost testa

Hipotezo 3 lahko zavrne; mnenje staršev predšolskih otrok o vadbi v mestnem in podeželskem okolju se bistveno ne razlikuje. Starši se tako v mestu kot tudi na podeželju ukvarjajo s podobnimi športnimi panogami.

Ugotovili smo torej, da se otroci v mestu več vključujejo v popoldanske gibalne dejavnosti kot otroci iz podeželja. To lahko pripišemo večji ponudbi športnih vadb v mestih. Poleg tega pa je vzrok manjšega vključevanja v organizirane gibalne dejavnosti podeželskih otrok verjetno tudi to, da imajo podeželski otroci pogosto dovolj prostora za gibanje okrog hiše, na dvorišču, vrtu, itd. Otroci v mestu pa velikokrat živijo v majhnem stanovanju in komaj čakajo, kdaj bodo lahko šli ven, v kakšen park ali na športno vadbo. Ugotovili smo tudi, da so otroci staršev, ki se več ukvarjajo s športom, pogosteje vključeni v gibalne dejavnosti. Sklepamo lahko torej, da starši športni življenjski stil prenesejo na svoje otroke. Poleg tega smo ugotovili tudi, da se starši iz mesta in s podeželja ukvarjajo s podobnimi športnimi panogami.

5. SKLEP

Z diplomsko nalogo smo želeli ugotoviti, kako in ali se sploh razlikuje mnenje staršev predšolskih otrok o vadbi v mestnem in podeželskem okolju. Najbolj nas je zanimalo, kakšen delež predšolskih otrok iz mest in s podeželja je vključen v popoldansko gibalno dejavnost in ali se ta deleža med seboj močno razlikujeta. Želeli smo ugotoviti, ali na gibalno dejavnost otrok vplivajo njihovi starši in kako.

Anketirali smo starše otrok, ki obiskujejo vrtec in so stari 4 leta ali več. V raziskavi so sodelovali starši otrok, ki obiskujejo naslednje vrtce: vrtec Sončni žarek v Velikih Laščah, vrtec OŠ Sodražica, vrtec Dominiki Savio Karitas Domžale in vrtec Črnuče.

S pomočjo ankete smo ugotovili, da je večji delež otrok iz mest vključenih v popoldanske gibalne dejavnosti kot otrok s podeželja. Prav tako je opaziti, da se rahlo večji delež staršev iz mest ukvarja s športom. Daleč največ se starši tako iz mest kot s podeželja ukvarjajo s hojo, sledita pa ji tek in aerobika.

Starši, ki so odgovorili, da njihov otrok ni vključen v nobeno popoldansko gibalno dejavnost, so kot razlog za to navedli, da otrok čas doma dovolj aktivno preživlja. Za ta odgovor so se v največji meri odločili tako starši iz mest kot starši s podeželja. Večji delež staršev s podeželja kot iz mesta se je kot najpomembnejši razlog, da otrok ni vključen v popoldansko gibalno dejavnost, odločil za razlog, da bi bilo potrebno otroka daleč voziti.

Pri vprašanju, ki se je nanašalo na način, na katerega so starši izvedeli za otrokovo vadbo, so se pokazale večje razlike med odgovori staršev iz mesta in s podeželja. Zelo velik odstotek staršev iz mesta je odgovoril, da je za vadbo izvedel od prijatelja. Velik odstotek staršev s podeželja pa je odgovoril, da je za vadbo izvedel iz reklame.

Pri naslednjem vprašanju so starši ocenili, kako pomembni se jim zdijo različni vidiki otrokove vadbe. Oceniti je bilo potrebno pomembnost otrokovega učenja gibanj, pomembnost otrokovega spoznavanja s pravili in fair playem, pomembnost otrokovega druženja z vrstniki, pomembnost strokovne podkovanosti vaditelja in pomembnost prijaznosti vaditelja. Med ocenami staršev iz mesta in s podeželja so se v kakšnem vidiku pojavile manjše razlike, vendar pa so se večinoma ocene ujemale. Vsi starši pa so vse vidike ocenili precej visoko po pomembnosti.

Zadnje vprašanje se je nanašalo na oceno pomembnosti različnih vidikov vadbe po mnenju otroka. Starši, ki so vprašalnik izpolnjevali v imenu svojih otrok, so ocenili, koliko so jim pomembni naslednji vidiki vadbe: druženje s svojimi vrstniki, zadovoljevanje potrebe po gibanju, zanimivost športne vadbe in zanimivost športnih pripomočkov. Otrokom iz mesta prav tako kot tudi s podeželja se zdijo ti vidiki približno enako pomembni, razlike so opazne pri vidiku pomembnosti zanimivosti športne vadbe. Večjemu deležu otrok iz mesta kot s podeželja se namreč zdi ta vidik pomemben, večjemu deležu otrok s podeželja kot iz mesta pa se zdi pa vidik zelo pomemben. Vsi otroci so vse vidike vadbe ocenili precej visoko po pomembnosti.

Pri preverjanju hipotez smo ugotovili, da se otroci, ki živijo v mestu, več vključujejo v popoldanske športne aktivnosti. Ugotovili smo tudi, da se otroci staršev, ki se več ukvarjajo s športom, pogosteje vključeni v gibalne dejavnosti. Poleg tega smo ugotovili, da se starši tako v mestu kot tudi na podeželju ukvarjajo s podobnimi športnimi panogami.

Dandanes je že precej splošno znano, da ima gibanje pozitivne učinke na človeka in da ima velik vpliv na ohranjanje zdravja. Po vsej verjetnosti bi se velika večina ljudi strinjala s to trditvijo. Pa vendar se ljudje čedalje manj gibamo in cele dneve presedimo in preležimo. Zato je treba ukrepati in še bolj poudarjati, v kaj lahko vodi nedejavnost. Športni pedagogi pa morajo še bolj delati na tem, da približajo šport in športno življenje otrokom, ter jih poučiti o vseh pozitivnih učinkih, ki jih le-to prinese. Drug ukrep, ki bi lahko prinesel pozitivne spremembe pri gibalnem udejstvovanju ljudi, je večja dostopnost vadbe, fitnesa in drugih športnih površin. Morda so nekatere vadbe še vedno predrage za večino ljudi in bi lahko bile cenovno dostopnejše. Poleg tega je športnih vodenih vadb izven večjih mest zelo malo, zato se jih ljudje s podeželja praktično ne udeležujejo. Za povečanje stopnje gibalne dejavnosti predšolskih otrok bi bilo morda dobro, da vrtci zaposlijo športnega pedagoga, ki bi med otroke širil veselje do gibanja.

Nadaljnje raziskave bodo usmerjene v raziskovanje gibalne dejavnosti predšolskih otrok na večjih vzorcih. Tako bodo rezultati še bolj točni in bomo imeli še boljšo predstavo o dejanskem stanju stopnje gibalne dejavnosti ter bo lažje ugotoviti, kateri so tisti ukrepi, ki bi izboljšali to stanje.

To diplomsko delo je namenjeno vsem, ki se poklicno ukvarjajo z mladimi in tudi starejšimi otroki in vsem, ki imajo svoje otroke in zanje želijo, da bi bili zdravi in zadovoljni ter bi prakticirali športen življenjski slog.

6. VIRI

Erjavec, A. (2010). *Možnosti za vključevanje predšolskih otrok v športne programe na Kočevskem*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.

Fekonja, I. (2013). *Gibalne/športne dejavnosti in prehranske navade predšolskih otrok na Ptuj*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.

Gregorc, J., Videmšek, M., Štihec, J. in Šimunič, B. (2011). Parent's opinions about their own and their children's lifestyle. *Zdravstveno varstvo: revija za teorijo in prakso preventivnega zdravstvenega varstva*, 50(1), 55-63. Pridobljeno iz: <http://www.dlib.si/details/urn:nbn:si:spr-py0w57lr>

Hvalec, M. (2010). *Primerjava izvenšolske športne dejavnosti otrok prvega triletja mestnih in podeželskih osnovnih šol podravske regije*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.

Kropej, V. L. (2001). *Vpliv okolja na športno aktivnost predšolskih otrok*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.

Kropej, V. L. in Videmšek, M. (2002). Parents and sport activity of their preschool children = Starši in športna aktivnost njihovih predšolskih otrok. *Kinesiologija Slovenica*, 8(1), 19-24.7

Meško, M., Zajec, J., Videmšek, M., Karpljuk, D., Štihec, J. in Pungeršek, M. (2014) Povezava med elementi življenjskega sloga in športno dejavnostjo slovenskih predšolskih otrocih in njihovih starših. *Turizem, izobraževanje in management: Na poti k uspehi poslovni prihodnosti*, 543-556. Pridobljeno iz <http://www.hippocampus.si/ISBN/978-961-6832-79-3.pdf>

Pendl Žalek, M. (2004). *Aktivno življenje – zdravo življenje*. Maribor: Rotis.

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.

Tomc, K. (2010). *Vpliv staršev na vključitev otrok v športno vadbo*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.

Tušak, M., Tušak, M. in Tušak, M. (2003). *Vloga družine in staršev v športu*. Zalog: Klub MT.

Urancar, N. (2013). *Vloga staršev pri športnih aktivnostih predšolskih otrok*. (Diplomsko delo). Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta, Maribor.

Videmšek, M., Strah, N. in Stančević, B., (2001). *Igrajmo se skupaj: program športnih dejavnosti za otroke in starše*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik; Gibalne dejavnosti otrok do tretjega leta starosti v okviru družine*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zajec, J., Videmšek, M., Štihec, J., Pišot, R. in Šimunič, B. (2010). *Otrok v gibanju doma in v vrtcu; Povezanost gibalne/športne dejavnosti predšolskih otrok in njihovih staršev z izbranimi dejavniki zdravega načina življenja*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Inštitut za kineziološke raziskave, Univerza Založba Annales.

Zajec, J., Videmšek, M., Štihec, J. in Šimunič, B. (2011). Mnenja staršev o njihovem življenjskem slogu in življenjskem slogu njihovih otrok. *Slovenian Journal of Public Health*, 50(2), 55-63. Pridobljeno iz <http://versita.metapress.com/content/a8t72m716hrp74jt/fulltext.pdf>

Zaplatic, P. (2009). *Gibalna dejavnost predšolskih otrok in njihovih staršev v posavski regiji*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.

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

7. PRILOGE

7.1 ANKETNI VPRAŠALNIK

Pozdravljeni!

Sem Nives Modic, študentka 3. letnika Fakultete za šport v Ljubljani, smer Športna vzgoja. Pri predmetu Elementarna športna vzgoja pripravljam seminarsko nalogo z naslovom "Mnenje staršev predšolskih otrok o vadbi v vaškem in mestnem okolju", kjer bi potrebovala Vašo pomoč. Pred Vami je anketni vprašalnik, s pomočjo katerega bom prišla do pomembnih ugotovitev, zato Vas prosim, da ga rešite, saj bodo ti odgovori pomembni v okviru moje raziskave. Vaši odgovori mi bodo služili izključno v raziskovalne namene in Vam zagotavljam popolno anonimnost, hkrati pa Vas prosim, da odgovarjate iskreno. Na vsako vprašanje je možen en odgovor. Vprašalnik se nanaša na enega od staršev in enega otroka. Hvala za Vaše sodelovanje.

1. Živite v: vaškem mestnem primestnem okolju

2. Vaš spol: M Ž

3. Vaša starost: _____

4. Spol otroka: M Ž

5. Starost otroka: _____

6. Vaša izobrazba:

- | | |
|---|-------------------------------|
| a) Brez formalne izobrazbe (nedokončana OŠ) | e) Višja šola |
| b) Osnovna šola | f) Visoka šola (fakulteta) |
| c) Poklicna šola | g) Magisterij, specializacija |
| d) Srednja šola | h) Doktorat znanosti |

7. Kako pogosto se vi ukvarjate s športom (organizirana oz. neorganizirana; vsaj 45 min na aktivnost)?

- | | |
|-----------------------|-----------------------------|
| a) Nikoli | e) 2- do 4- krat na teden |
| b) Nekajkrat na leto | f) Več kot 4- krat na teden |
| c) Nekajkrat na mesec | |
| d) 1-krat na teden | |

8. S katero športno panogo se največ ukvarjate (možen en odgovor)?

- | | |
|-------------|-------------|
| a) Hoja | h) Košarka |
| b) Tek | i) Rokomet |
| c) Aerobika | j) Rolanje |
| d) Plavanje | k) Smučanje |

- e) Kolesarjenje
- f) Fitnes
- g) Nogomet
- 9. Ali vaš otrok obiskuje kakšno popoldansko športno dejavnost?

- l) Tenis
- m) Drugo: _____

- a) DA, katero: _____
- b) NE

10. Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili z NE, kakšen je najpomembnejši razlog, da se vaš otrok ne ukvarja s popoldansko športno dejavnostjo (možen samo 1 odgovor)?

- a) Ni dovolj pestre ponudbe.
- b) Mojega otroka šport ne zanima.
- c) Predrago je.
- d) Vadba je za starost mojega otroka prezahtevna.
- e) Otroka bi bilo potrebno na športno dejavnost daleč voziti.
- f) Voditelji športne vadbe niso strokovno usposobljeni.
- g) Zdi se mi, da čas doma dovolj aktivno preživlja.
- h) Drugo: _____

11. Če ste na 9. Vprašanje odgovorili z DA, odgovorite na vsa naslednja vprašanja. Na čigavo pobudo je otrok vključen v športni program?

- a) Na svojo
- b) Na starševo
- c) Na pobudo vzgojiteljice
- d) Na prijateljevo
- e) Drugo: _____

12. Na kakšen način ste izvedeli za športno vadbo, v katero je vključen vaš otrok?

- a) Od otroka
- b) Od vzgojiteljice
- c) Od prijatelja
- d) Iz reklame
- e) Drugo: _____

13. Kako pogosto se odvija otrokova vadba?

- a) 1- krat na teden
- b) 2- krat na teden
- c) 3- krat na teden
- d) 4- in večkrat na teden

14. S številko 1 do 5 ocenite otrokovo vadbo z različnih vidikov, koliko se vam zdi pomembna (1 – ne zdi se mi pomembno; 5 – zdi se mi zelo pomembno).

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| a) Otrok se uči pomembnih gibanj | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| b) Otrok se spoznava s pravili in fair playem | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| c) Otrok spoznava vrstnike in se družijo z njimi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| d) Vaditelj je ustrezno strokovno podkovan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| e) Vaditelj je prijazen in razumevajoč | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

15. S številko 1 do 5 ocenite otrokovo vadbo z različnih vidikov, v kolikšni meri se vadba zdi primerna vašemu otroku (1 – ne zdi se mu pomembno; 5 – zdi se mu zelo pomembno)?

- a) družijo se s svojimi vrstniki in spoznava nove prijatelje 1 2 3 4 5

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| b) zadovoljuje potrebo po gibanju in igri | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| c) zanimivost športne vadbe | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| d) zanimivost športnih pripomočkov | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |