



Univerza *v Ljubljani*
Fakulteta *za šport*

DIPLOMSKO DELO

ŠPELA COLNAR

Ljubljana, 2015

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
Športna vzgoja

ANALIZA VKLJUČEVANJA PREDŠOLSKIH OTROK V PLAVALNI TEČAJ V KAMNIKU

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA:
prof. dr. Mateja Videmšek

RECENZENT:
doc. dr. Boro Štrumbelj

AVTORICA DELA:
Špela Colnar

Ljubljana, 2015

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorici prof. dr. Mateji Videmšek, za njeno prijaznost, saj mi je pomagala in me usmerjala med pisanjem diplomskega dela ter bila vedno dosegljiva za moja vprašanja.

Zahvala gre tudi Gaji Lorenci, ki mi je pomagala pridobiti starše otrok, ki obiskujejo plavalne tečaje v Kamniku, za izpolnjevanje anketnega vprašalnika.

Ključne besede: otroci stari od 3-7 let, plavanje, starši, plavalni tečaj

ANALIZA VKLJUČEVANJA PREDŠOLSKIH OTROK V PLAVALNI TEČAJ V KAMNIKU

Avtor: Špela Colnar

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2015

Število strani: 37

Število tabel: 5

Število prilog: 1

Število virov: 15

Število slik: 12

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je bilo ugotoviti razloge, zaradi katerih starši vpisujejo svoje otroke v plavalni tečaj v Kamniku. Poleg tega nas je zanimal tudi odnos staršev do športa – kako pogosto se ukvarjajo s športom, vpliv izobrazbe staršev na vključevanje otrok v plavalne tečaje, kaj so glavni cilji staršev glede otroka na področju plavanja in zadovoljstvo staršev z organizacijo plavalnih tečajev v Kamniku.

Pri raziskovalni nalogi smo si pomagali z anketnim vprašalnikom. Anketiranih je bilo 65 staršev otrok, ki obiskujejo plavalne tečaje v Kamniku.

Podatki so bili obdelani z računalniškim programom Microsoft Office Excel 2010 in s pomočjo statističnega programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Za preverjanje hipotez je bila uporabljena analiza variance (Anova), pri kateri smo stopnjo verjetnosti ugotavljali na ravni petodstotnega tveganja.

Ugotovili smo, da se je največ staršev s plavalnimi tečaji v Kamniku seznanilo preko staršev, katerih otroci že obiskujejo plavanje. V skoraj polovici primerov sta bila oba starša pobudnika za vključitev otroka v plavalni tečaj. Bližina bazena ni vplivala na odločitev staršev za vpis njihovega otroka v plavalni tečaj v Kamniku. Glavni razlog za vključitev otroka v plavalni tečaj je bilo navdušenje otroka nad vodo in plavanjem ter pozitivni učinki plavanja na otrokov razvoj. Glavni cilj staršev glede plavanja njihovega otroka je bil, da otrok nadgradi svoje plavalno znanje.

Starši otrok, ki obiskujejo plavalne tečaje v Kamniku, so višje izobraženi glede na povprečno izobrazbo prebivalstva v Sloveniji. Polovica staršev, katerih otrok obiskuje plavalni tečaj v Kamniku, se ne ukvarja z organizirano športno vadbo. Četrtnina staršev je športno aktivna dva do trikrat na teden, četrtnina staršev pa se vsaj enkrat tedensko ukvarja z neorganizirano športno vadbo (hoja, tek, kolesarjenje ...).

Starši so v večini zadovoljni z organizacijo plavalnih tečajev v Kamniku kot tudi z vaditelji in učitelji, tretjina staršev pa je menila, da je cena tečaja previsoka. Polovica anketiranih staršev je mnenja, da imajo premalo informacij glede otrokovega napredka.

Ugotovili smo, da ne obstajajo razlike med cilji, ki jih imajo starši za svojega otroka pri vključevanju v plavalne tečaje, glede na izobrazbo. Prav tako ne moremo potrditi, da imajo starši različne cilje, glede na to, kako pogosto se sami ukvarjajo s športno aktivnostjo.

Key words: kids from age 3 to 7, swimming, parents, swimming class

ANALYZE OF THE GROUNDS FOR ENROLLING PRE-SCHOOL KIDS INTO SWIMMING CLASSES IN KAMNIK

Author: Špela Colnar

University of Ljubljana, Faculty of sport, 2015

Number of pages: 35

Number of tables: 5

Number of annex: 1

Number of sources: 15

Number of images: 12

ABSTRACT

The purpose of this diploma paper was to identify the main reasons that parents sign their kids into swimming school of Kamnik. Among that I was interested in what correlation are parents and sport – how often they do sports, how their education is effecting on signing kids into swimming school, what are main parents goals for swimming school and how are they satisfied with organization of swimming classes in Kamnik.

In this research we got details through interview poll. We interviewed 65 parents, which their kids are sign into swimming school of Kamnik.

Details and answers were worked with computer program Microsoft Office Excel 2010 and with help of a program for statistics data SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). For checking hypothesis, we used analyze variance (Anova), on level of 5% risk.

We discovered that most parents heard for swimming school from other parents that already had their kids signed in. In almost 50% of all cases, both parents agreed to sign their kids into swimming school. Distance from their home to swimming pool, did not effect on their decision. Main reason for signing in, was that their kids loved water, swimming and because of positive effect on children development. Main parents target was, to improve their current swimming knowledge.

Parents that have their kids signed in are educated above average value in Slovenia. Half of them are not going to any organized sports activity. One quarter is active 2 to 3 times per week and quarter of them is at least once per week active in unorganized sports activity (walking, biking, running...).

Most of parents are satisfied with swimming classes and teachers and third of them think that price for class is too high. Half of them think that they are not well informed about progress of their child.

We discovered that all parents, no matter what their education is, have same or similar goals for their kids. We also discovered that all parents, no matter are they sport active or not, have same or similar goals for their kids.

KAZALO VSEBINE

1.	UVOD	9
1.1.	POMEN ŠPORTNE DEJAVNOSTI PRI OTROKU	10
1.2.	POMEN IGRE V VODI	11
1.3.	POMEN PLAGALNIH TEČAJEV	12
1.4.	POMEN PLAVANJA.....	12
1.4.1.	VPLIV PLAVANJA NA DIHALA	12
1.4.2.	VPLIV PLAVANJA NA SRCE IN OŽILJE.....	13
1.4.3.	VPLIV PLAVANJA NA OKOSTJE	13
1.4.4.	VPLIV PLAVANJA NA MIŠIČJE.....	13
1.4.5.	VPLIV PLAVANJA NA TERMOREGULACIJO	13
1.5.	CILJI IN HIPOTEZE.....	14
2.	METODE DELA	15
2.1.	PREIZKUŠANCI	15
2.2.	PRIPOMOČKI.....	15
2.3.	POSTOPEK.....	15
3.	REZULTATI IN RAZPRAVA.....	16
4.	SKLEP	29
5.	VIRI	31
6.	PRILOGE.....	33
6.1.	PRILOGA 1 – ANKETNI VPRAŠALNIK	33

KAZALO SLIK

Slika 1.	Spol otroka.	16
Slika 2.	Starost otroka, ki obiskuje plavalni tečaj.	16
Slika 3.	Izobrazba staršev.....	17
Slika 4.	Seznanitev staršev s plavalnim tečajem.....	17
Slika 5.	Glavni pobudnik za vključitev otroka v plavalni tečaj.	18
Slika 6.	Bližina doma, glede obiskovanja plavalnega tečaja.	19
Slika 7.	Dejavnost staršev v času plavalnega tečaja.	19
Slika 8.	Znanje plavanja staršev.....	20
Slika 9.	Ukvarjanje staršev z organizirano športno dejavnostjo (pod strokovnim vodstvom aktivno vsaj 45 min).....	20
Slika 10.	Ukvarjanje staršev z neorganizirano rekreativno športno dejavnostjo (vsaj 30 min).....	21
Slika 11.	Družinsko plavanje (bazen, morje, jezero ...).	22
Slika 12.	Zadovoljstvo staršev z informacijami o tečajih.	25

1. UVOD

Potreba, da se človek nauči plavati na stopnji zavestne dejavnosti, je posledica razvoja človeške vrste. Po tem se ljudje razlikujemo od ostalih živih bitij na zemlji. Znanje plavanja ima skozi človekov razvoj že različno vrednost. Sprva je bilo znanje plavanja življenjskega pomena za preživetje plemen živečih ob vodah. Kasneje je postalo kulturna vrednota višjih slojev in pomembna vojaška veščina. Danes pa predstavlja znanje plavanja kulturno in civilizacijsko vrednoto sodobnega človeka (30-letnica akcije Naučimo se plavati, 1993).

V predšolskem obdobju otrok z različnim gibanjem zaznava in odkriva svoje telo, preizkuša kaj telo zmore, doživlja veselje in ponos ob razvijanju svojih sposobnosti, hkrati pa gradi zaupanje vase. Gibanje daje otroku občutek ugodja, varnosti, veselja oz. dobrega počutja. V predšolskem obdobju naj otrok dobi čim več in čim bolj pestro paleto gibalnih izkušenj, kar je osnova za zahtevnejše gibalne vzorce.

Predšolsko obdobje je obdobje, ki ga morajo starši čim bolj izkoristiti ter otroku ponuditi čim več izkušenj, povezanih z gibanjem. Športna aktivnost daje otroku določeno disciplino in red v sam ritem življenja. Otrok, ki je že od majhnega hodil na popoldansko vadbo, bo imel veliko manj problemov z navezovanjem stikov z drugimi vrstniki, ter bo vaje na gibanje in igro ob določeni uri. Prednost obiskovanja vadbe v predšolskem obdobju je tudi to, da bo otrok navajen sodelovati v skupini in igrati »fair play« (Videmšek in Pišot, 2007).

Voda daje otrokom še posebej velik užitek in veselje. Otrok ne pozna strahu pred vodo, saj se že v plodovnici giblje v vodi, kasneje pa se seznanja z vodo v domači kadi. Smiselno je, da začnemo z vajami v bazenu čim prej in nadaljujemo, dokler otrok ne postane samostojen in varen plavalec. Plavanje sodi med gibanja, ki jih otrok ne pridobi z drugimi vsakodnevnimi gibalnimi izkušnjami, kot so hoja, tek, lazenje, plazenje ... (Šajber, 2006).

Zgodnji začetek plavanja je pomemben za telesni in psihični razvoj. Otrok, ki plava, se bolje in hitreje razvija, si krepi mišičevje in srčno-žilni sistem. Osnovni cilj vseh dejavnosti v vodi je v prvi meri zadovoljstvo otroka v vadbenem procesu. Pri malčkih je namen plavanja, da preko čim več različnih iger ter na čim bolj zabaven način otroka prilagodimo na vodo in ne na samostojno plavanje (Šajber, 2006).

Učenje plavanja poteka enako kot druge oblike učenja; od zaznavanja, ustvarjanja predstav o gibanju, pomnjenja, ponavljanja, utrjevanja, do preverjanja osvojenega znanja v različnih pogojih. Voda je zaradi svoje gostote ter drugačne temperature posebno okolje za ljudi, na katerega se je potrebno najprej prilagoditi (Praznik in Črešnar, 2001).

Učenje plavanja definitivno temelji na izkušenem učitelju. Le ta mora izhajati iz osebnih izkušenj, dobljenih ob neposrednem stiku z vodo in lastne preizkušnje ob posegu v naravo. To pomeni, da učenec pri učenju plavanja potrebuje tak proces urjenja, kjer bodo z ustreznimi didaktičnimi postopki izloženi številni vidiki napačnega učenja in odvečni gibi. To pa je možno le v organiziranem in strokovno vodenem procesu (Cankar, 1993).

Znanje plavanja ni le privatna stvar ali celo privilegij vsakega posameznika, ampak mora postati in biti potreba vsakega človeka oz. del njegove kulture življenja. Prav zaradi tega pa se je povečala tudi ponudba športno-rekreativnih aktivnosti povezanih z vodo.

S pomočjo znanja plavanja preprečimo tudi utopitve, ki se zgodijo, ko otrok pade v vodo ali pa ga pustimo samega v kopalni kadi. V največji nevarnosti so tu otroci do 4. leta starosti (Rok-Simon in Borštinar, 1993).

1.1. POMEN ŠPORTNE DEJAVNOSTI PRI OTROKU

Gibalna dejavnost velja za eno najpomembnejših področij v otrokovem razvoju. Z različnimi gibalnimi dejavnostmi otrok spozna svet, razvije funkcionalne in gibalne sposobnosti, ob enem pa pridobiva spoznavne, socialne in čustvene sposobnosti in lastnosti. Otrok z njihovo pomočjo spozna svoje telo in pridobi zaupanje v svoje sposobnosti, gradi ustrezno predstavo o sebi, se potrjuje in si ustvarja čustveno vez z okoljem (Videmšek in Visinski, 2001).

Gibanje daje otroku občutek ugodja, varnosti, veselja in dobrega počutja. Z gibanjem otrok dobiva občutek za hitrost in ritem ter za dožemanje prostora in časa. Otrok z različnimi gibanji osvaja osnovne prvine različnih športnih zvrsti. Preko športnih dejavnosti se lahko nauči tudi sodelovanja z ostalimi otroci, zavedati se mora, da z njimi deli prostor in predmete, nauči se upoštevanja pravil ter spoštovanja in upoštevanja različnosti (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

V predšolskem obdobju naj otrok pridobi čim več gibalnih izkušenj, ki so osnova kasnejšim zahtevnejšim gibalnim vzorcem. Zavedati se moramo dejstva, da kar zamudimo v najzgodnejšem obdobju, kasneje težko nadoknadimo (Videmšek in Pišot, 2007).

Otrok v predšolskem obdobju naredi ogromen napredek v gibalnem razvoju in njegovi gibi postanejo spretnejši. V sebi čutijo veliko potrebo po gibanju in s tem po sprostitvi telesne energije. Otroci te starosti zelo radi tudi posnemajo starejše vrstnike in odrasle ljudi ter si s tem pridobivajo telesne spretnosti (Hercog in Potočnik, 1981).

Telesno aktivni življenjski slog pa vpliva tudi pri preprečevanju prekomerne telesne teže, s katero se srečuje vse večje število otrok zaradi vse bolj pasivnega življenjskega sloga. Otroku omogoča tudi oblikovanje močnejših kosti, zdravih sklepov in učinkovitega delovanja srca. Vzdržuje in krepi primerno duševno zdravje otrok in pozitivno vpliva na njegovo samopodobo hkrati pa vzpostavlja temelj zdravemu življenjskemu slogu, ki ga je mogoče nadaljevati oziroma obdržati v odraslem obdobju (Videmšek in Pišot, 2007).

Glede na pomen gibanja v otrokovem razvoju je pomembno, da otroku že v rani mladosti ustvarimo pozitiven odnos do gibalnih dejavnosti. V prvem obdobju otrokovega življenja imajo pri tem ključno vlogo starši oziroma njegova družina, zato je pomembno, da svojemu malčku omogočijo, da skozi igro in različno športno dejavnostjo osvaja, ter razvija svoje gibalne in funkcionalne sposobnosti (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

1.2. POMEN IGRE V VODI

Otroci so dandanes premalo športno aktivni zaradi pomanjkanja zelenic, otroških igrišč, predvsem pa zaradi napredne tehnologije, ki otroke zasvoji in odtegne od zdravega načina življenja. Starši se morajo zavedati, da sta potreba po gibanju in igri temeljni otrokovi potrebi.

Pri igri je pomembno le sodelovanje in ne tekmovalnost. Z igro otroci razvijajo svoje gibalne in funkcionalne sposobnosti, poleg tega pa je za otroke veliko bolj zabavna igra v skupini kot individualne gibalne naloge. Otroci se običajno v igri povsem sprostijo, zmanjšajo se jim tudi nekatere bojzani, kot so strah pred govorjenjem, strah pred vodo, celo strah pred potopom glave v vodo (Jurak, 1999).

Gibanje v vodi spremlja otroka že od rojstva. Začne se s kopanjem v kadi, čofotanjem, igranjem v vodi, hoja po vodi ... Pri dopoljenih štirih letih pa je čas, ko se otrok začne vključevati v plavalne tečaje in se z igro uči plavati. Pred tem, pa se lahko kot dojenček vključuje v programe plavanja, kjer vadba poteka skupaj s starši. Igra v vodi otroku omogoča, da so sproščeni in tako se mnogo hitreje naučijo plavati (Videmšek in Pišot, 2007).

Za prilagajanje na vodo so zelo pomembne najrazličnejše igre in vaje. Pri izbiri igre moramo ves čas težiti k osnovnim učnim načelom, kjer so najpomembnejša načela postopnosti, sistematičnosti in nazornosti.

Po kriterijih razdelimo didaktične igre in vaje na dve osnovni skupini:

- a) didaktične igre in vaje z glavo nad vodo;
- b) didaktične igre in vaje z glavo v vodi.

Smisel razdelitve je v tem, da s pomočjo raznih oblik iger in vaj otroke privajamo na potapljanje glave pod vodo. To velja za enega prvih težjih korakov pri učenju plavanja, hkrati pa je to osnovni element tehnike plavanja.

S pomočjo igre lahko otroke:

- prilagajamo na vodo;
- učimo elemente posameznih tehnik;
- učimo taktiko;
- razvijamo psihomotorične sposobnosti;
- jih motiviramo za nadaljnje resnejše delo;
- jih sproščamo med samim delom.

Metoda igre je najbolj celostna metoda učenja plavanja.

Igre imajo tudi pomembno pedagoško vrednost, saj vplivajo na disciplino, ustvarjalnost, samostojnost in na pridobivanje spoštovanja nasprotnikov (Praznik in Črešnar, 2001).

1.3. POMEN PLAVALNIH TEČAJEV

Večina otrok se v današnjem času premalo giblje, vendar pa še vedno neizmerno uživa v gibanju in se z veseljem vključuje v razne vodene športne dejavnosti, če jim starši le omogočijo in jih pri tem spodbujajo (Videmšek, 2007).

Tečaji so oblika dejavnosti, namenjeni predvsem spoznavanju in utrjevanju določene športne zvrsti (Videmšek in Visinski, 2001).

V plavalnem tečaju je pomembno, da je učitelj v vodi skupaj z otroki. Otrok se mora v vodi počutiti varnega, zato naj gre v vodo najprej učitelj, za njim pa pogumnejši in spretnější otroci in na koncu boječi otroci. Potrebno je paziti, da pogumnejši otroci ne nagajajo boječnežem, jih škropijo, porivajo v vodo in podobno. Če je v plavalnem tečaju dovolj otrok, je priporočljivo narediti homogene skupine, tako da so skupaj spretni otroci in posebej tisti, ki se vode bojijo. Na začetku plavalnega tečaja je pomembno, da se otroci postopoma privajajo na vodo, zato naj jim bo voda sprva do kolen, nato preidemo v vodo, ki otrokom sega do pasu in na koncu v globoko vodo, kjer otroci ne dosežejo tal (Hercog in Potočnik, 1981).

1.4. POMEN PLAVANJA

Plavanje je ena osnovnih in prvobitnih oblik gibanja, ki omogoča človeku, da nadoknadi pomanjkanje gibanja. Gibanje v vodnem okolju se izvaja brez odvečnih oblačil. Voda spira in masira površino telesa, kar dodatno pozitivno vpliva na utrjevanje zdravja (30-letnica akcije Naučimo se plavati, 1993).

Plavanje je zelo pomembno za otroka, saj zagotavlja varno gibanje ob, na in v vodi. Je eno najboljših preventivnih sredstev pred utopitvami, zaradi katerih je umrlo že preveč otrok (Štemberger, 2005).

Izjemno pomembno je, da se otrok nauči plavati že v zgodnjem obdobju oz. najkasneje v šoli. To zelo vpliva na nadaljnje ukvarjanje z različnimi vodnimi in podvodnimi aktivnostmi v odrasli dobi (Berčič, 1994).

Šajber (2006) pravi, da je zgodnji začetek plavanja za otroka zelo pomemben, saj vpliva na njegov telesni in psihični razvoj, na razvoj mišljenja ter socialni in čustveni razvoj. Otrok si s plavanjem krepí mišični in srčno-žilni sistem ter se hitreje in bolje razvija.

1.4.1. VPLIV PLAVANJA NA DIHALA

Pri dihanju v vodi vodni pritisk skrbi za močnejši izdih, saj je otrok prisiljen močneje vdihniti. S tem se krepí dihalno mišičje in posledično zaradi okrepljenega dihanja prihaja do povečanega števila pljučnih alveol. Te povzročijo, da se poveča vitalna kapaciteta za skoraj 20 %, kar vpliva na mirnejše dihanje (Šajber, 2006).

Med plavanjem se povečuje potreba po večji količini sprejemanja kisika. Dihanje v vodi je vezano na ritem plavanja, s tem se izboljšuje gibljivost prsnega koša in trebušne prepone.

1.4.2. VPLIV PLAVANJA NA SRCE IN OŽILJE

Vodni pritisk pozitivno vpliva tudi na srčno-žilni sistem. Zaradi premagovanja odpora vode z velikimi in ritmično ponavljajočimi gibi se zelo pospešuje delovanje srca in pretok krvi po ožilju. Že sam vodoraven položaj plavalca zelo ugodno vpliva na srce. Poleg tega pa med plavanjem ne nosimo lastne teže telesa, kar olajša delo srcu. S plavanjem se ohranja prožnost žil. Vadba v vodi znižuje tudi frekvenco srca in zvišuje njegovo zmogljivost. Zelo pomemben vpliv ima tudi na droben in občutljiv žilni sistem v koži in podkožnem tkivu. Preko tega sistema se regulira oddajanje toplote iz organizma (Praznik in Črešnar, 2001).

1.4.3. VPLIV PLAVANJA NA OKOSTJE

Intenzivno gibanje v vodi pripomore k intenzivni rasti kosti in dobremu oblikovanju kolčnega sklepa. Voda razbremeni sklepe in kosti na način, da podpira človeško telo. Prav zaradi tega, pa redko kdaj pride do poškodb kosti v vodi (Šajber, 2006). Poleg tega ležeč položaj ugodno vpliva na hrbtenico. Veliki in specifični gibi rok ohranjajo gibljivost ramenskega sklepa, plavalni gibi nog, še posebno pri prsnem plavanju pa ohranjajo primerno gibljivost v kolčnem, kolenskem in skočnem sklepu. S plavanjem se ohranja tudi pravilna telesna drža (Praznik in Črešnar, 2001).

1.4.4. VPLIV PLAVANJA NA MIŠIČJE

Gibanje v vodi vpliva na skoraj vse mišične skupine in tako pri otroku enakomerno oblikuje celotno skeletno mišičje. V prsnem položaju se krepi hrbtne mišičje, mišice ramenskega obroča in ostalo (Šajber, 2006). Plavanje stimulira harmoničen razvoj in oblikuje pravilno in lepo postavo. Plavalni gibi se izvajajo kontrolirano, zato ni večjih nevarnosti za poškodbe mišičnega tkiva, vezi in sklepov (Praznik in Črešnar, 2001).

1.4.5. VPLIV PLAVANJA NA TERMOREGULACIJO

Razlika med telesno temperaturo in temperaturo vode je zadosten dražljaj za izboljšanje termoregulacije in odpornosti telesa. S tem se krepi imunski sistem otroka (Šajber, 2006).

1.5.CILJI IN HIPOTEZE

V raziskavi smo želeli odkriti, kaj so glavni razlogi, da starši vključujejo svoje otroke v plavalni tečaj v Kamniku. Kakšno je njihovo zadovoljstvo glede plavalnih tečajev in kakšni so njihovi cilji glede otroka na področju plavanja. Zanimalo nas je tudi, kako njihova izobrazba vpliva na vključevanje otrok v tečaje kot tudi, kako so za tečaje izvedeli. Izvedeti smo hoteli, kdo je bil glavni pobudnik za vključitev otroka v plavalni tečaj ter koliko so starši sami aktivni v športu.

Glede na predmet in problem so cilji diplomskega dela naslednji:

- ugotoviti, kako izobrazba staršev vpliva na vključevanje otrok v plavalne tečaje;
- ugotoviti, na kakšen način so starši izvedeli za plavalne tečaje v Kamniku;
- ugotoviti, kdo je bil glavni pobudnik za vključitev otroka v plavalni tečaj;
- ugotoviti, kaj so bili glavni razlogi za vključitev otroka v plavalni tečaj in kakšni so cilji staršev glede otroka na plavalnem tečaju,
- ugotoviti, kako so starši zadovoljni z organizacijo plavalnega tečaja v Kamniku;
- ugotoviti, ali se tudi starši sami ukvarjajo s športno aktivnostjo, kako pogosto in v kakšni obliki.

Na podlagi zgoraj navedenih ciljev smo postavili naslednje hipoteze:

- Hipoteza 1: starši z višjo izobrazbo imajo drugačne cilje za svojega otroka pri vključevanju v plavalne tečaje kot tisti z nižjo izobrazbo.
- Hipoteza 2: manj aktivni starši imajo drugačne cilje za svojega otroka pri vključevanju v plavalne tečaje, kot bolj aktivni.

2. METODE DE LA

2.1. PREIZKUŠANCI

Vzorec predstavljajo starši, katerih predšolski otroci obiskujejo plavalne tečaje v Kamniku. Skupaj je vprašalnik izpolnilo 65 staršev, od tega 20 moških in 45 žensk. Otroci anketiranih staršev so stari od 3 do 7 let.

2.2. PRIPOMOČKI

V raziskavi je bil uporabljen anketni vprašalnik, ki zajema 18 spremenljivk. Vprašalnik je sestavljen iz vprašanj zaprtega in odprtega tipa ter kombinacije obeh. Celoten vprašalnik je prikazan v prilogi (priloga 1).

2.3. POSTOPEK

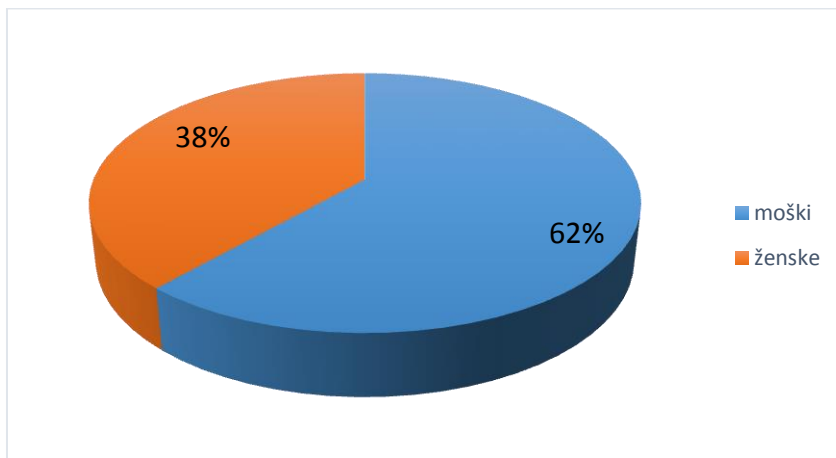
Preizkušanci so imeli na začetku anketnega vprašalnika napisana vsa potrebna navodila za izpolnjevanje vprašalnika. Vprašalnike so izpolnjevali preko spleta. Podatke, ki smo jih dobili iz anonimnega anketnega vprašalnika, smo obdelali s pomočjo osnovnih statističnih metod. Rezultate smo ponazorili z odstotki in s pomočjo tortnih grafikonov. Uporabljen je bil tabelarični prikaz frekvenčnih distribucij in grafični prikaz, ki je izrisan s pomočjo programa Excel. Z analizo variance (Anova) smo preverili, ali obstajajo statistično značilne razlike med spremenljivkami. Hipoteze smo sprejemali oziroma zavračali s 5 % stopnjo tveganja ($p \leq 0,05$).

3. REZULTATI IN RAZPRAVA

Na podlagi ciljev, ki smo jih zastavili v diplomskem delu, in glede na anketni vprašalnik, ki smo ga izvedli pri 65-ih starših, katerih otroci obiskujejo plavalni tečaj v Kamniku, smo dobili rezultate, ki jih bomo predstavili v nadaljevanju diplomskega dela. Rezultati so nazorno prikazani s tortnimi grafikoni po posameznih sklopih anketnega vprašalnika.

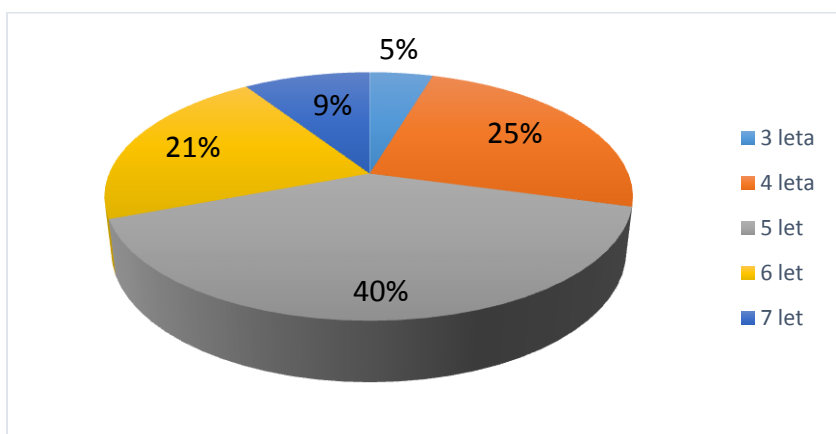
Analiza rezultatov je razdeljena na dva dela: prvi del vključuje analizo rezultatov anketnega vprašalnika, drugi del pa preverjanje zastavljenih hipotez.

3.1. ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA STARŠE



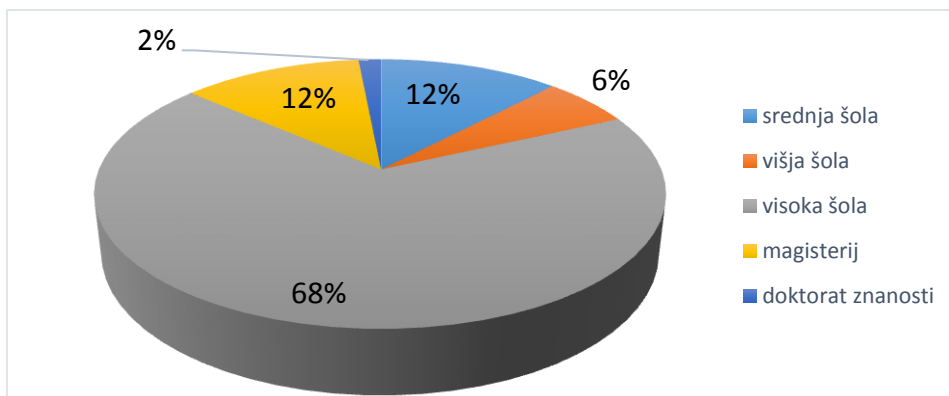
Slika 1. Spol otroka.

Iz zgornje slike je razvidno, da plavalni tečaj obiskuje več otrok moškega spola kot ženskega, in sicer za kar 24 %.



Slika 2. Starost otroka, ki obiskuje plavalni tečaj.

Vidimo, da je največ otrok starih 5 let. Tej starosti sledijo otroci stari 4 in 6 let. Samo trije otroci so stari 3 leta in šest otrok je starih 7 let.

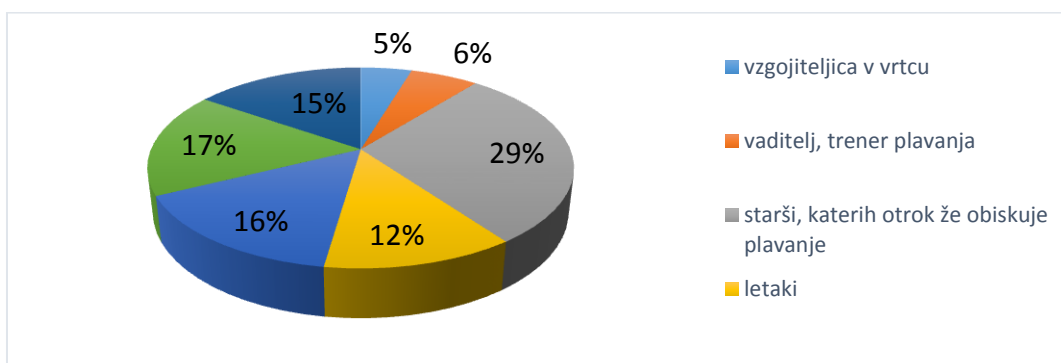


Slika 3. Izobrazba staršev.

Največ anketirancev ima dokončano visoko šolo ali fakulteto, in sicer 68 %. Sledijo jim starši z dokončano srednjo šolo in starši z magisterijem ter starši z dokončano višjo šolo. Samo en starš, katerega otrok obiskuje plavalni tečaj v Kamniku, ima dokončan doktorat znanosti.

Če pogledamo socioekonomske značilnosti Slovencev, lahko vidimo, da ima največ prebivalstva srednješolsko izobrazbo (52,7 %), višješolsko in visokošolsko izobrazbo ima 20,5 % in osnovnošolsko izobrazbo 26,7 % ali manj Slovencev (»Socioekonomske značilnosti prebivalstva«, 2014).

Na podlagi rezultatov iz statističnega urada in naše raziskave lahko rečemo, da so starši, ki vpisujejo svoje otroke v plavalne tečaje višje izobraženi, saj jih ima večina visoko izobrazbo. Tako lahko sklepamo, da višje izobraženi starši pogosteje vpisujejo svoje otroke v različne organizirane športne vadbe.

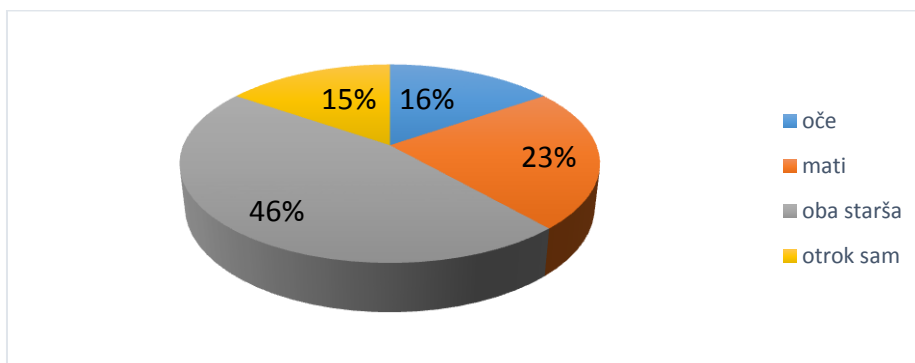


Slika 4. Seznanitev staršev s plavalnim tečajem.

Največ staršev (29 %) je izvedelo za tečaj preko staršev, katerih otroci že obiskujejo plavalne tečaje. Nato sledijo starši, ki so za tečaj izvedeli preko interneta, prijateljev, letakov. Najmanj staršev (5 %) je za plavalne tečaje izvedelo v vrtcu. Kljub vsemu pa lahko vidimo, da je reklama glede plavalnih tečajev dobro organizirana, saj so starši zelo različno odgovarjali na to vprašanje.

Če pogledamo druga področja športa, vidimo, da so si raziskave zelo različne, na kar pa vpliva tudi lokacija športne aktivnosti. Oblakova (2014) je v svojem diplomskem delu prišla do podobne ugotovitve; večina staršev je izvedela za vadbo športne gimnastike preko staršev, katerih otroci že obiskujejo vadbo (43 %), le s to razliko, da se je nekaj staršev za vadbo

odločilo, ker pozna društvo že od otroštva (14 %) in zaradi lastnih izkušenj (8 %). V njeni raziskavi so imeli pomembno vlogo tudi trenerji in vaditelji športne gimnastike (17 %). V raziskavi o vplivu staršev na vključevanje otrok v športno vadbo, ki jo je opravila Tomčeva (2011) je razvidno, da je večina staršev za športno vadbo izvedela preko prijateljev (50 %) in kar 11,9 % staršev je izvedelo od vzgojiteljice v vrtcu. V raziskovalnem delu o vključevanju otrok v športno vadbo, so Čeboklijeva, Videmškova, Karpljuk in Štihec (2009, v Fefer, 2010) ugotovili, da je bilo največ staršev seznanjenih preko otrokove vzgojiteljice ali učitelja (32 %) ter različnih plakatov (26 %), kar je nasprotno od rezultatov v naši raziskavi, kjer so starši v najmanjšem obsegu izvedeli za tečaje v vrtcih.

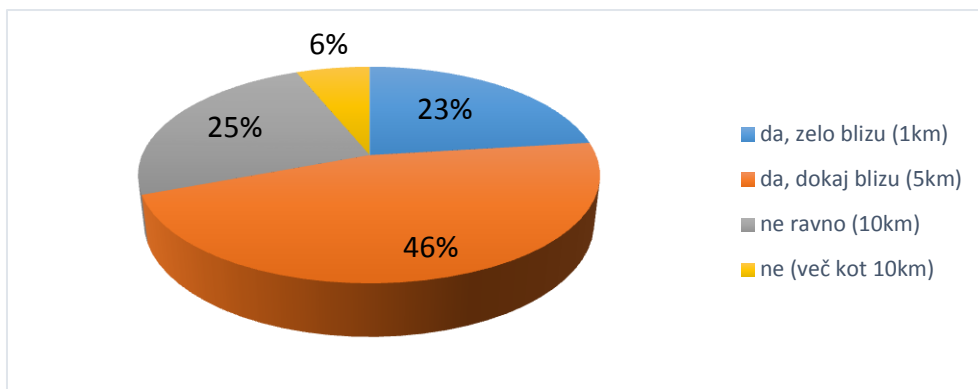


Slika 5. Glavni pobudnik za vključitev otroka v plavalni tečaj.

Kar 46 % staršev je bilo mnenja, da sta bila glavna pobudnika za vključitev otroka v plavalni tečaj oba starša. Nato sledi mati s 23 % in na koncu oče in otrok sam s 16 in 15 odstotki.

Sklepamo lahko, da se v skoraj polovici družin starši med seboj pogovarjajo ter skupaj sklepajo kompromise glede otroka. Iz rezultatov je razvidno tudi, da so v četrtini primerov matere tiste, ki v večji meri vplivajo na vključevanje otroka v športne aktivnosti.

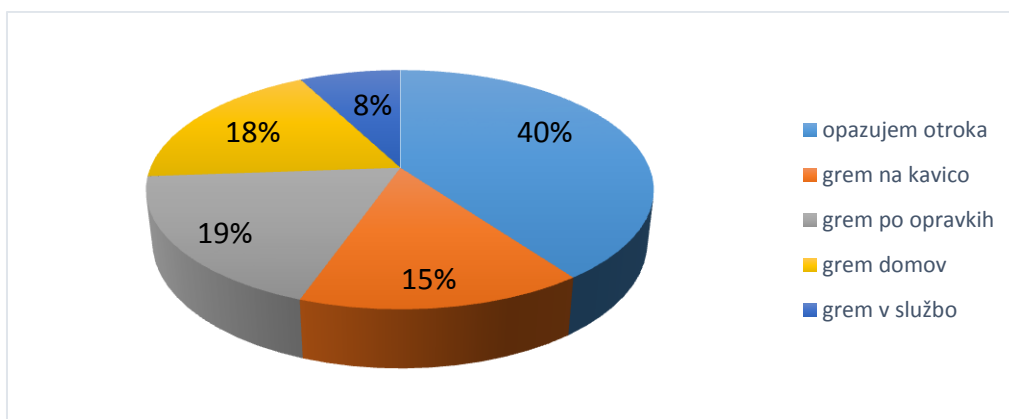
Drugačne rezultate je v svoji raziskavi dobila Oblakova (2014), ki je prišla do ugotovitve, da sta bila glavna pobudnika mati in otrok (34 %). Najmanj staršev je odgovorilo na to vprašanje, da sta glavna pobudnika za vključitev v vadbo oba starša. Debenčeva (2013) je prišla v svojem raziskovalnem delu do ugotovitve, da je bil glavni pobudnik otrok sam, s kar 60,4 %, starši kot pobudniki pa so na drugem mestu (22,9 %). Tudi Čeboklijeva, Videmškova, Karpljuk in Štihec (2009, v Fefer, 2010) so prišli do drugačnih rezultatov, saj je bil glavni pobudnik za vključitev v športno vadbo otrok sam (55 %), nato pa so mu sledili starši (36 %).



Slika 6. Bližina doma, glede obiskovanja plavalnega tečaja.

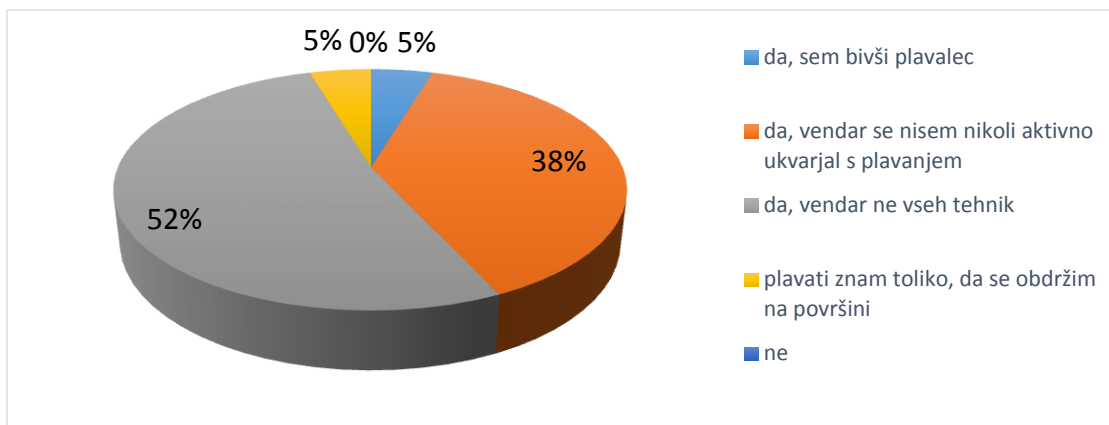
Vidimo lahko, da je skoraj polovica otrok (46 %), ki obiskujejo plavalni tečaj doma dokaj blizu bazena, kar pomeni v razdalji 5 km. 25 % otrok je doma v razdalji 10 km od bazena in 23 % bližje od 1 km. Štirje otroci so doma dlje kot 10 km od bazena, kjer potekajo plavalni tečaji.

Sklepamo lahko, da kljub vsemu se starši odločajo za športne dejavnosti, ki niso preveč oddaljene od doma. Za vse to pa menimo, da je kriv prehitro tempo življenja in pomanjkanje časa za vožnjo na daljše razdalje zaradi otrokovega športnega udejstvovanja. Še vedno pa se najdejo starši, ki jim razdalja ni pomembna.



Slika 7. Dejavnost staršev v času plavalnega tečaja.

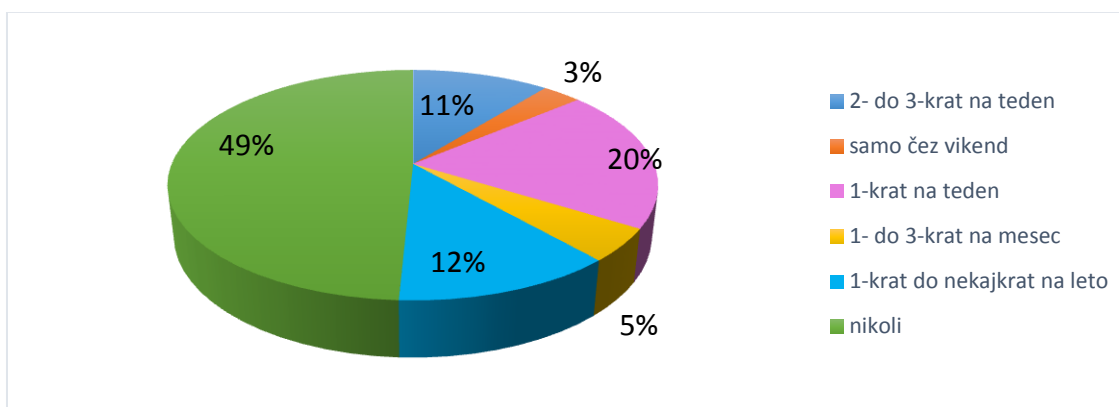
Slika 7 nam prikazuje, da kar 40 % staršev opazuje in gleda svojega otroka med njegovim plavalnim tečajem. Ostali starši niso v posredni bližini svojega otroka; 19 % staršev gre po drugih opravkih, domov ali pa na kavo. Pet staršev pa ima v tem času delo v službi.



Slika 8. Znanje plavanja staršev.

Več kot polovica staršev zna plavati, vendar ne vseh tehnik. Sledijo starši, ki znajo plavati vse tehnike, vendar se nikoli niso aktivno ukvarjali s plavanjem. 5 % staršev je takih, ki so bili bivši plavalci in ravno toliko je takih, ki znajo plavati samo toliko, da se obdržijo na vodi. Nihče od staršev ni tak, da ne bi znal plavati.

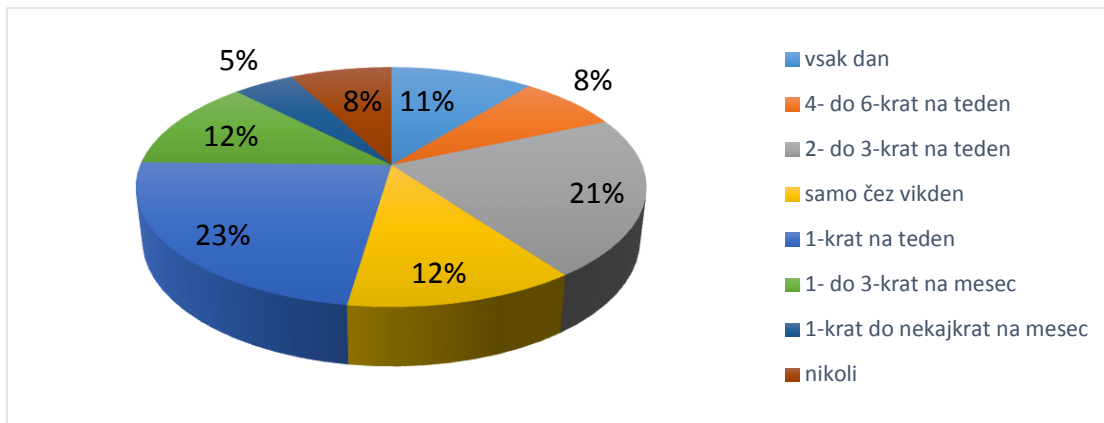
Rezultat je zelo pozitiven, saj ni nihče od staršev neplavalec, kar pa je v sodobnem svetu zelo pozitivna stvar, saj je znanje plavanja življenjskega pomena. Vsak človek bi moral znati plavati vsaj toliko, da se obdrži na vodni površini, saj se na ta način izogne utopitvam.



Slika 9. Ukvarjanje staršev z organizirano športno dejavnostjo (pod strokovnim vodstvom aktivno vsaj 45 min).

Skoraj polovica staršev (49 %) se ne ukvarja s športno dejavnostjo pod strokovnim vodstvom. Petina vseh anketirancev se 1-krat tedensko ukvarja z organizirano vadbo, 12 % staršev vsaj 1-krat do nekajkrat na leto, 11 % pa se jih ukvarja z organizirano vadbo 2- do 3-krat na teden. Nihče od staršev se ne ukvarja z vodeno vadbo več kot 4- do 6-krat na mesec.

Ugotovili smo, da se slaba polovica staršev nikoli ne ukvarja z organizirano športno vadbo. Razlog za to pa pripisujemo pomanjkanju časa in seveda finančni krizi.



Slika 10. Ukvarjanje staršev z neorganizirano rekreativno športno dejavnostjo (vsaj 30 min).

Slika 10 nam prikazuje, da je večina staršev športno aktivna v neorganizirani obliki, le 5 staršev pa se s športom ne ukvarja. 23 % staršev se ukvarja 1-krat tedensko in 21 % se ukvarja 2- do 3-krat tedensko z rekreativno športno aktivnostjo. 5 staršev je takih, ki se s športno dejavnostjo ukvarjajo 4- do 6-krat na teden in 7 staršev takih, ki se športu posvečajo vsak dan.

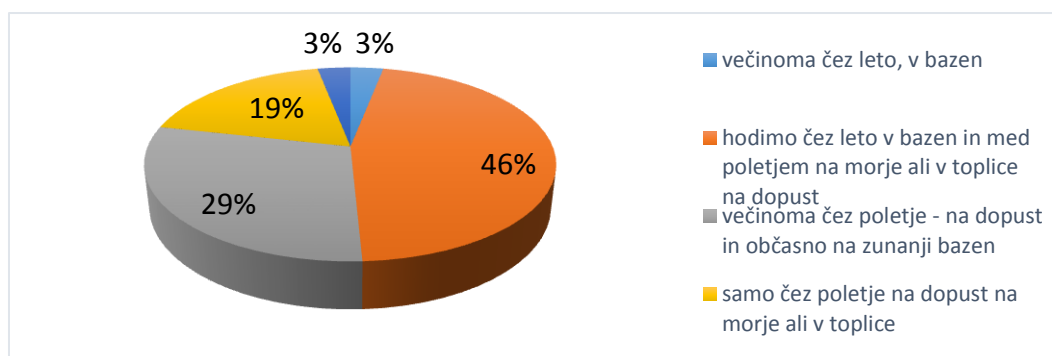
V naši raziskavi se je pokazalo, da so še vedno starši, ki se ne ukvarjajo z nobeno športno dejavnostjo, kar pa zelo negativno vpliva na otroke, saj so starši v tem obdobju glavni vzgled svojim otrokom. Športna neaktivnost pa tudi zelo slabo vpliva na zdravje in na krepitev imunskega sistema.

Zelo podobne rezultate so dobili v raziskavi Čeboklijeva, Videmškova, Karpljuk in Štihec (2009, v Fefer, 2010), ki pravijo, da je skoraj polovica staršev aktivnih najmanj 2-krat na teden, petina pa več kot 4-krat na teden. 6 % staršev pa je še vedno takih, ki se s športno dejavnostjo ne ukvarjajo nikoli. Drugačne ugotovitve pa je dobila Oblakova (2014) v svoji raziskovalni nalogi, kjer se skoraj polovica staršev ukvarja s športno dejavnostjo 2- do 3-krat na teden, 31 % staršev to počne 1-krat na teden, le en starš se ukvarja s športom vsak dan. Nihče od staršev pa ni odgovoril, da se s športom ne ukvarja nikoli.

Doupona (2010, v Fefer, 2010) v svoji raziskavi navaja, da se delež neaktivnih ljudi sicer zmanjšuje, vendar je še vedno kar velik delež ljudi (37,4 %), ki se nikoli ne ukvarjajo s športom.

Ključno vlogo pri otroku, da začne gojiti športne navade, imajo starši. Družina je otrokova primarna skupina, ki že od začetka združuje starše in otroke. To pomeni, če bodo imeli starši pozitiven odnos do športa, se pravi, če bodo živeli kvalitetno v smislu športnega udejstvovanja, bodo tudi otroci prevzeli te navade (Tušak, Tušak in Tušak, 2003, v Tomc, 2010).

V neki ameriški raziskavi so dobili rezultate, da so otroci športno aktivnih mater do 2-krat bolj aktivni od tistih otrok, ki imajo športno neaktivne matere. Vpliv očetov je še večji; otroci športno aktivnih očetov so kar 3,5-krat bolj aktivni od otrok, ki imajo športno neaktivne očete. Tisti otroci, ki imajo oba starša aktivna, so daleč najbolj aktivni; celo 6-krat bolj od otrok s športno neaktivnimi starši (Kalish, 2000, v Videmšek in Pišot, 2007).



Slika 11. Družinsko plavanje (bazen, morje, jezero ...).

46 % vseh anketirancev hodi čez leto v bazen in med poletjem na dopust na morje ali v toplice. Dve družini hodita plavat čez leto v bazen, v drugih dveh družinah pa ne hodijo nikoli družinsko plavat.

Tako lahko povzamemo, da se skoraj vse družine vsaj 1-krat letno odpravijo skupaj družinsko plavati in tako preživijo skupni čas in druženje.

Tabela 1

Cilji staršev, ki jih imajo za svojega otroka pri plavalnih tečajih.

CILJI STARŠEV	N	Min	Max	Povprečje	SD
Otrok se nauči koristnega preživljanja prostega časa	65	1	5	4,39	,92
Otrok razvije svoje gibalne sposobnosti	65	2	5	3,77	1,06
Otrok začne aktivno trenirati plavanje	65	1	5	1,80	,98
Otrok se nauči upoštevati navodila	65	1	5	3,45	1,18
Otrok nadgradi svoje plavalno znanje	65	2	5	4,63	,72

Legenda: N – število ogovorov; min – najmanjša vrednost odgovora; max – najvišja vrednost odgovora; SD – standardni odklon

Tabela 1 zajema spremenljivke pri štirinajstem vprašanju, ki se nanašajo na cilje staršev za otroka na področju plavanja. Odgovarjali so po Likertovi petstopenjski lestvici, pri čemer je 1 pomenilo sploh ni pomembno, 5 pa zelo pomembno.

Kot najmanj pomemben cilj staršev za svojega otroka se jim je zdel, da otrok začne aktivno trenirati plavanje (1,80). Med najpomembnejše cilje pa so navedli, da se otrok nauči koristnega preživljanja prostega časa (4,39), in da nadgradi svoje plavalno znanje (4,36).

Iz rezultatov anketnega vprašalnika je razvidno, da se starši zavedajo vpliva plavanja na otrokov gibalni razvoj, prav tako se starši zavedajo, da je pomen znanja plavanja zelo pomemben, hkrati pa otroku takšna organizirana vadba omogoča koristno preživljanje prostega časa.

Podobno ugotavlja tudi Oblakova (2014); glavni cilj staršev je, da otrok razvija gibalne sposobnosti (4,97), se dobro počuti na vadbi (4,89) in se nauči delovnih navad (4,54). Le s

ciljem, da otrok začne aktivno trenirati in postane vrhunski tekmovalac (1,74), se starši niso strinjali kot namen, zaradi katerega so otroka vključili v vadbo. Debenčeva (2013) je v svoji raziskovalni nalogi prav tako prišla do ugotovitve, da se največ staršev strinja s tem, da: otrok s plesom oz. s športno dejavnostjo razvija pomembne gibalne sposobnosti (4,42); se sprošča (4,29); da pomembno vpliva na njegov kasnejši razvoj (4,04) in da so starši mnenja, da se moramo s športom ukvarjati v vseh življenjskih obdobjih (4,31).

Starši so tisti, ki se morajo zavedati, kako pomembna je športna aktivnost za otroka. Predšolsko obdobje je obdobje, ki ga morajo starši čim bolj izkoristiti, ter tako otroku ponuditi čim več izkušenj, povezanih z gibanjem (Videmšek in Pišot, 2007).

Tabela 2

Razlogi za vključitev otroka v plavalni tečaj.

	N	Min	Max	Povprečje	SD
Navdušenje otroka nad plavanjem in vodo	65	1	5	4,03	1,11
Plavanje zelo pozitivno vpliva na gibalni razvoj otroka	65	1	5	3,98	1,16
Načeloma gre za šport brez poškodb	65	1	5	2,65	1,18
Otrok potroši svojo odvečno energijo	65	1	5	3,70	1,05
Otrok se spozna z različnimi športi	65	1	5	3,87	1,05
Je šport, ki se odvija najbližje domu	65	1	5	2,02	1,15
Zaradi otrokove prekomerne teže	65	1	5	1,33	,82
Otrok spozna nove prijatelje	65	1	5	2,39	1,06

Legenda: N – število ogovorov; min – najmanjša vrednost odgovora; max – najvišja vrednost odgovora; SD – standardni odklon

Tako kot v tabeli 1 so tudi v tabeli 2 prikazani rezultati povprečja, standardnega odklona ter najnižje in najvišje vrednosti, ki so jih starši dajali pri posameznih spremenljivkah. Povprečne vrednosti so tukaj dokaj nizke, kar pomeni, da večina spremenljivk ni glavni razlog za vključitev otroka v plavalni tečaj. Prav tako so tu odgovarjali na petstopenjski Likertovi lestvici.

Starši menijo, da je glavni razlog za vključitev otrok v plavalni tečaj navdušenje otroka nad plavanjem in vodo (4,05) ter pozitivni vpliv plavanja na gibalni razvoj (4,02). Najmanj vpliven razlog je otrokova prekomerna teža (1,34), saj je več kot polovica staršev odgovorila z oceno 1.

Završnik in Pišot (2005, v Videmšek in Pišot, 2007) navajata, da telesno aktiven življenjski slog pomeni preprečevanje prekomerne telesne teže in debelosti, omogoča oblikovanje močnejših kosti, zdravih sklepov in učinkovitega delovanja srca, vzdrževanje in krepitev duševnega zdravja, pozitivne samopodobe in postavitve trdnih temeljev zdravega življenjskega sloga.

Tabela 3

Zadovoljstvo staršev z dejavniki, ki so povezani s plavalnimi tečaji v Kamniku.

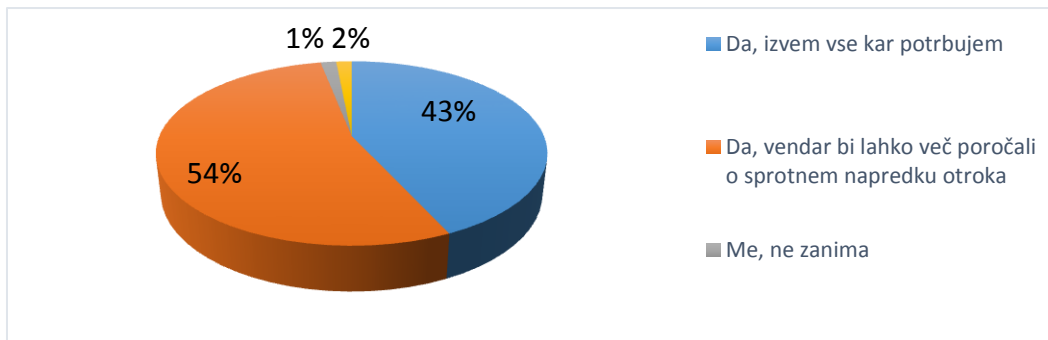
	N	Min	Max	Povprečje	SD
Zadovoljstvo otroka z vadbo	65	1	5	4,41	,79
Zadovoljstvo staršev z vadbo	65	1	5	4,54	,73
Strokovno delo vaditeljev	65	2	5	4,51	,73
Prostorske razmere	65	1	5	3,93	,94
Odnos vaditeljev do vaših otrok	65	2	5	4,56	,73
Napredek vaših otrok v plavanju	65	2	5	4,21	,72
Ura plavalnega tečaja	65	1	5	3,89	1,10
Cena plavalnega tečaja	65	1	5	3,64	,99

Legenda: N – število ogovorov; min – najmanjša vrednost odgovora; max – najvišja vrednost odgovora; SD – standardni odklon

Tu vidimo splošno mnenje staršev o plavalnem tečaju, njihovo zadovoljstvo z organizacijo v plavalnih tečajih v Kamniku in delom vaditeljev in učiteljev. Pri tem vprašanju smo prav tako rezultate prikazali s povprečno vrednostjo, standardnim odklonom ter najnižjo in najvišjo oceno spremenljivke. Starši so odgovarjali na podlagi petstopenjske Likertove lestvice.

Povprečja so zelo visoka, kar pomeni da so starši po večini zadovoljni z delom v tečajih. Najmanj zadovoljni so s ceno plavalnega tečaja (3,69), najbolj pa so starši zadovoljni z vadbo (4,54), kot tudi z zadovoljstvom otroka z vadbo (4,41). Visoko povprečje sta dosegli tudi spremenljivki: odnos vaditeljev do vaših otrok (4,56); napredek vaših otrok v plavanju (4,21).

Podobne rezultate navaja tudi Oblakova (2014) v diplomskem delu. Prav tako je zadovoljstvo staršev in otroka z vadbo zelo visoko, vendar pa so za razliko najmanj zadovoljstva s strani staršev prinesle prostorske razmere (3,00). Nizko povprečje se kaže tudi v ceni vadbenega programa (3,43) in informiranosti o vadbenih skupinah (3,31). V nasprotju pa je Fefer (2010) prišel do drugačne ugotovitve, in sicer, da so starši najbolj zadovoljni s ceno vadbenega programa (4,77).



Slika 11. Zadovoljstvo staršev z informacijami o tečajih.

Starši so v večini zadovoljni z informacijami, ki jih dobijo o tečajih, vendar so mnenja, da bi lahko vaditelji in učitelji več poročali o sprotne napredku otroka. 43 % vseh anketirancev je odgovorilo, da dobijo vse informacije, ki jih potrebujejo. En starš je odgovoril, da ga ne zanimajo informacije glede njegovega otroka in tečajev.

Če pogledamo rezultate raziskave Oblakove (2014) so starši glede informacij kar zadovoljni, saj je povprečje spremenljivke »Informiranost o vadbenih vsebinah« 3,31, pri Feferju (2010) pa je bilo povprečje pri tej spremenljivki 3,53, s tem da je bil minimum 2.

3.2. PREVERJANJE HIPOTEZ

V raziskavi smo želeli ugotoviti, kakšne cilje imajo starši za svoje otroke v plavalnih tečajih glede na izobrazbo in glede na njihovo športno aktivnost.

Tabela 4

Cilji staršev, ki jih imajo za svoje otroke pri vključevanju v plavalne tečaje, glede na izobrazbo.

Cilji glede na izobrazbo	Izobrazba	N	Povprečje	SD	F	Sig (F)
Otrok se nauči koristnega preživljanja prostega časa	Srednja šola	7	3,71	1,49	2,92	,02
	Višja šola	4	4,75	,50		
	Visoka šola – fakulteta	44	4,45	,70		
	Magisterij, specializacija	8	5,00	,00		
	Doktorat znanosti	2	4,00	,00		
Otrok razvija svoje gibalne sposobnosti	Srednja šola	7	3,71	,95	,63	,63
	Višja šola	4	4,50	1,00		
	Visoka šola – fakulteta	44	3,69	1,11		
	Magisterij, specializacija	8	4,00	1,06		
	Doktorat znanosti	2	3,50	,70		
Otrok začne aktivno trenirati plavanje	Srednja šola	7	2,28	,75	3,33	,01
	Višja šola	4	3,00	1,41		
	Visoka šola – fakulteta	44	1,73	,96		
	Magisterij, specializacija	8	1,25	,46		
	Doktorat znanosti	2	1,00	,00		
Otrok se nauči upoštevati navodila	Srednja šola	7	3,28	1,60	2,09	,10
	Višja šola	4	5,00	,00		
	Visoka šola – fakulteta	44	3,33	1,07		
	Magisterij, specializacija	8	3,50	1,30		
	Doktorat znanosti	2	3,00	1,41		
Otrok nadgradi svoje plavalno znanje (plava brez pripomočkov)	Srednja šola	7	4,14	1,06	1,46	,22
	Višja šola	4	5,00	,00		
	Visoka šola – fakulteta	44	4,59	,73		
	Magisterij, specializacija	8	4,87	,35		
	Doktorat znanosti	2	5,00	,00		

Legenda: N – število odgovorov; SD – standardni odklon; F – vrednost F- koeficienta, Sig (F) – statistična značilnost (F)

Tabela 4 nam prikazuje rezultate spremenljivk glede na izobrazbo staršev. Razberemo lahko, da je bilo skupno vprašanih 65 anketirancev, razdeljeni pa so glede na stopnjo pridobljene izobrazbe. Za ugotavljanje statistično pomembnih razlik glede na izobrazbo smo naredili analizo variance. Uporabili smo Anova test, s čimer smo dobili vrednosti F in Sig (F), standardni odklon in povprečje.

Če pogledamo povprečja, so v večini visoka, z izjemo, da začne otrok aktivno trenirati plavanje. Zadnja kolona pa nam daje podatke, ki kažejo ali so statistično pomembne razlike. Kar pri dveh spremenljivkah lahko vidimo, da pride do statistično pomembnih razlik pri cilju, da se otrok nauči koristnega preživljanja prostega časa in začne aktivno trenirati plavanje. Pri teh dveh ciljih je bila vrednost Sig (F) manjša od 5 % tveganja.

Zanimivo je, da so se pri cilju, da otrok prične aktivno trenirati plavanje, strinjali predvsem starši z nižjo izobrazbo, pri cilju, da se otrok nauči koristnega preživljanja prostega časa, pa starši z višjo izobrazbo. Kar pa je po eni strani povsem razumljivo, saj imajo starši z višjo izobrazbo več znanja in vedenja o tem, kako koristno je ukvarjanje s športom s splošnega

vidika, za boljše življenje. Starši z nižjo izobrazbo pa gledajo predvsem na to, da bi otrok zmagoval in dosegal višje cilje, kot so jih dosegli sami.

Podobno je ugotovila tudi Oblakova (2014) v svoji raziskavi, le da sta bile pri njej statistično značilne spremenljivke; da zmaguje in da postane vrhunski tekmovalec. Fefer (2010) pa je prišel do ugotovitev, da je statistično značilna samo spremenljivka, da zmaguje.

Tako hipoteze H1, ki pravi, da imajo bolj izobraženi starši drugačne cilje za svojega otroka pri vključevanju v plavalne tečaje, ne moremo v celoti sprejeti.

Tabela 5

Cilji staršev, ki jih imajo za svoje otroke pri vključevanju v plavalne tečaje, glede na njihovo športno aktivnost.

Cilji glede na športno aktivnost staršev	Športna aktivnost	N	Povprečje	SD	F	Sig (F)
Otrok se nauči koristnega preživljanja prostega časa	Vsak dan	7	4,28	1,49	,69	6,6
	4- do 6-krat na teden	5	4,80	,44		
	2- do 3-krat na teden	15	4,30	,75		
	Samo čez vikend	8	4,62	,51		
	1-krat na teden	13	4,30	,75		
	1-do 3-krat na mesec	8	4,25	,88		
	Nikoli	9	4,77	,66		
Otrok razvija svoje gibalne sposobnosti	Vsak dan	7	3,71	1,25	,79	,58
	4- do 6-krat na teden	5	3,80	1,09		
	2- do 3-krat na teden	15	3,76	1,16		
	Samo čez vikend	8	3,50	1,19		
	1-krat na teden	13	3,92	1,03		
	1-do 3-krat na mesec	8	4,37	,51		
	Nikoli	9	3,33	1,11		
Otrok začne aktivno trenirati plavanje	Vsak dan	7	1,71	,75	,77	,60
	4- do 6-krat na teden	5	1,40	,89		
	2- do 3-krat na teden	15	1,65	,76		
	Samo čez vikend	8	1,75	1,48		
	1-krat na teden	13	2,31	1,23		
	1-do 3-krat na mesec	8	2,00	,75		
	Nikoli	9	1,55	,72		
Otrok se nauči upoštevati navodila	Vsak dan	7	3,14	1,67	,33	,92
	4- do 6-krat na teden	5	3,00	1,22		
	2- do 3-krat na teden	15	3,53	1,19		
	Samo čez vikend	8	3,75	,88		
	1-krat na teden	13	3,38	1,50		
	1-do 3-krat na mesec	8	3,37	1,06		
	Nikoli	9	3,66	,70		
Otrok nadgradi svoje plavalno znanje (plava brez pripomočkov)	Vsak dan	7	4,28	1,11	1,11	,36
	4- do 6-krat na teden	5	4,40	,89		
	2- do 3-krat na teden	15	4,76	,59		
	Samo čez vikend	8	4,75	,46		
	1-krat na teden	3	4,92	,27		
	1-do 3-krat na mesec	8	4,50	,75		
	Nikoli	9	4,33	1,00		

Legenda: N – število odgovorov; SD – standardni odklon; F – vrednost F- koeficienta, Sig (F) – statistična značilnost (F)

Zgornja tabela nam prikazuje rezultate spremenljivk glede na športno aktivnost staršev. Vseh vprašanih je bilo skupno 65 staršev otrok, ki obiskujejo plavalne tečaje, razdeljeni pa so glede na športno aktivnost. Razvidno je tudi povprečje, standardni odklon ter vrednosti F in Sig (F).

Pri vseh spremenljivkah so povprečja zelo visoka, kar pomeni, da športna aktivnost staršev nima velikega pomena glede na cilje, ki jih imajo starši za svojega otroka pri plavalnih tečajih. Z izjemo enega cilja, da otrok začne aktivno trenirati plavanje, kjer je bilo pri vseh starših ne glede na njihovo športno aktivnost povprečje zelo nizko.

Če pogledamo zadnjo kolono v tabeli, kjer imamo podane statistično pomembne razlike, lahko vidimo, da pri vseh spremenljivkah razlike niso statistično pomembne, saj je tveganje večje od 5 %. Tako lahko trdimo, da pri ciljih ne pride do razlik glede na športno aktivnost staršev. S tega vidika hipotezo H2, ki pravi da imajo starši drugačne cilje za svoje otroke pri vključevanju v plavalne tečaje, glede na njihovo športno aktivnost, na podlagi dobljenih podatkov lahko ovržemo.

4. SKLEP

Namen diplomskega dela je bil ugotoviti glavne vzroke, zaradi katerih starši vpisujejo svoje otroke v plavalne tečaje. Poleg tega so nas zanimali tudi cilji, ki jih imajo starši za svojega otroka na področju plavanja, odnos staršev do športa – kolikokrat na teden se oni ukvarjajo z organizirano in neorganizirano vadbo. Zanimalo nas je tudi zadovoljstvo staršev s plavalnimi tečaji v Kamniku.

V raziskavi smo uporabili anketni vprašalnik z 18 vprašanji. Anketne vprašalnike smo izvajali preko spleta v mesecu januarju.

Rezultate smo obdelali s pomočjo statističnega programa SPSS, kjer smo izračunali frekvence in naredili tabele. Za prikaz grafikonov smo uporabili program Excel.

Glede na zastavljene cilje smo ugotovili, da ima največ staršev dokončano visoko šolo (fakulteto), najmanj pa jih ima doktorat. Rezultati ankete potrjujejo, da višje izobraženi starši pogosteje vpisujejo svoje otroke v organizirano vadbo. Videmšek (2007, v Videmšek in Pišot, 2007) navaja, da so podatki nekaterih raziskav pokazali, da starši z višjo stopnjo izobrazbe in višjimi dohodki v večji meri skrbijo za otrokovo športno dejavnost.

Največ staršev je za plavalne tečaje v Kamniku izvedelo preko družin, katerih otroci že obiskujejo tečaje oz. so jih obiskovali. To je zelo dobro, saj pomeni, da so plavalni tečaji v Kamniku korektno izvedeni, saj se dober glas širi od ust do ust. Poleg tega pa je to najhitrejša reklama, kot tudi najcenejša širitev informacij o tečajih. Zaskrbljujoč pa je podatek, da je najmanj staršev izvedelo za plavalne tečaje v vrtcu, kjer bi morali širiti vsakršno športno dejavnost med otroci in starši. Tudi plavalni klub Kamnik bi moral poskrbeti za boljšo reklamo za plavalne tečaje v vrtcih.

Glavni pobudnik za vključitev otroka v plavalne tečaje sta oba starša. Videmškova (2007, v Videmšek in Pišot, 2007) je v raziskavah ugotovila, da so v predšolskem obdobju predvsem matere tiste, ki se zavzemajo za športno aktivnost svojih otrok, kasneje pa to vlogo prevzame oče.

Ugotoviti smo želeli, kakšni so cilji staršev glede otroka na plavalnem tečaju. Prišli smo do ugotovitev, da se starši zavedajo, kako pomembno je gibanje za otroka, za njegov gibalni razvoj. Večina staršev se je strinjala, da je zelo pomembno, da vadba otroku omogoča koristno preživljanje prostega časa, otrok razvija svoje gibalne sposobnosti, nadgradi svoje plavalno znanje in se nauči upoštevati navodila. Nikakor pa starši niso vpisovali svojega otroka v plavalni tečaj z namenom, da začne aktivno trenirati plavanje.

Glede na dobljene rezultate pa so starši svoje otroke vpisovali v plavalni tečaj predvsem zaradi otrokovega navdušenja nad vodo in plavanjem. Pomemben razlog se jim je zdel tudi to, da otrok potroši svojo odvečno energijo, se spozna z različnimi športi, in ker plavanje zelo pozitivno vpliva na gibalni razvoj otroka. Kljub temu, da je v današnjem svetu velik problem debelost mladih ljudi, pa starši otrok niso vpisovali zaradi otrokove prekomerne teže.

Zelo pomembno je tudi to, da so starši zadovoljni s tečaji v plavalnem klubu Kamnik, z njihovo organizacijo, odnosom vaditeljev in učiteljev do vadečih kot tudi do staršev. Podatki iz analize so nas razveselili, saj so potrjevali kakovost dela. V večini so starši zelo zadovoljni z delom in odnosom učiteljev do otrok, staršev in dela. Nekoliko slabša ocena je bila pri prostorskih razmerah in uro plavalnega tečaja. Tak odziv smo nekako pričakovali, saj tečaji

potekajo v bazenu, ki ni prilagojen za začetno učenje, ampak je prilagojen za invalide. Bazen je tudi manjši, zato pri velikem številu otrok vadba ne more potekati tako, kot bi si jo učitelji želeli. Tudi ura tečajev je bolj v popoldnskih urah, od 18 do 20, vendar je to ura, primerna za vse, katerih starši zaključujejo bolj pozno s službenimi obveznostmi.

Ker so starši najpomembnejši vzor otrokom, nas je zanimalo njihovo športno udejstvovanje. Spraševali smo jih, kako pogosto so sami športno aktivni. Z organizirano športno dejavnostjo se skoraj polovica staršev ne ukvarja nikoli, največ se jih ukvarja 1-krat na teden. Neorganizirani športni dejavnosti pa starši posvečajo več svojega časa, saj so odvisni sami od sebe in tako so večinoma aktivni 2- do 3-krat na teden in 1-krat na teden. Nekaj staršev je aktivnih vsak dan, še vedno pa je nekaj takih, ki se ne ukvarjajo s športom nikoli.

Starši so v večini odgovorili, da so premalo obveščeni o napredku svojega otroka. Menimo, da je naloga staršev, da se pozanimajo o svojem otroku, saj so vaditelji in učitelji vedno na voljo staršem po koncu plavalnih tečajev. Lahko pa bi organizirali dan v tednu, namenjen govornim uram oz. posvetovanju med starši in vaditelji. Tako bi starši bili sproti obveščeni o otrokovem napredku in obnašanju na plavalnih tečajih. Pozitivna stran sestankov pa bi bila tudi, da bi bili vaditelji in učitelji obveščeni o željah in pričakovanjih staršev glede otroka. To bi lahko olajšalo delo vaditeljev in v večji meri izpolnilo želje staršev.

Naša raziskava je bila reprezentativna za plavalne tečaje v Kamniku, saj smo vzeli zelo številen vzorec in so bili tako rezultati realni. Vzorec nam je tako dal dovolj natančne rezultate, s katerimi lahko vidimo vzroke, zaradi katerih starši vpisujejo svoje otroke v plavalne tečaje v Kamniku. Razloge za vključevanje bi lahko malo bolj razširili in tako dobili še več vzrokov, ki so pobudniki, da starši vpisujejo svoje otroke v vadbo.

V diplomskem delu smo skušali poudariti pomen zgodnjega vključevanja otrok v organizirano športno vadbo in v zgodnje učenje plavanja. Pomembno je, da otrok že v zgodnjem otroštvu pridobiva pomembne gibalne in socialne komponente ter znanja, ki jih potem v kasnejših letih le še nadgrajuje. Diplomsko delo lahko predstavimo staršem predšolskih otrok v vrtcih, in jih tako še dodatno ozaveščamo in seznanjamo o pomembnosti vključevanja otrok v različne vadbe. Diplomsko delo je tudi koristno za vse vaditelje in učitelje, da se zavedajo, kako učiti mlajše otroke in kaj je zanje najbolj primerno, ter kako gledajo starši na plavalne tečaje.

5. VIRI

Socioekonomske značilnosti prebivalstva, Slovenija, 1. januar 2014. (20.7.2014). Statistični urad RS. Pridobljeno iz <http://www.stat.si/StatWeb/prikazi-novico?id=4771>

Berčič, H. (1994). *Rekreativni vidiki plavanja: V Zbornik del prvega slovenskega posveta o učenju plavanja in varnosti pred utapljanjem* (str. 76-82). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Cankar, A. (1994). *Sociološko – socialni vidiki plavanja: V Zbornik del prvega slovenskega posveta o učenju plavanja in varnosti pred utapljanjem* (str. 92-97). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Debenec, E. (2013). *Analiza vključevanja predšolskih otrok v plesne dejavnosti* (Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno iz <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Diplome/Diploma22100102DebenecEma.pdf>

Fefer, M. (2010). *Analiza razlogov za vključevanje otrok v vadbo akrobatike: Diplomsko delo*, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno 2. 7. iz <http://www.fsp.uni-lj.si/cobiss/diplome/Diploma22053310FeferMatej.pdf>

Hercog, M. in Potočnik, M. (1981). *Plavanje predšolskega otroka*. Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo.

Kovač, K. 2011. *Analiza tečajev plavanja mlajših otrok: Diplomsko delo*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno 10. 4. iz <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Diplome/Diploma22063630KovacKatja.pdf>

Oblak, I. (2014). *Analiza razlogov za vključevanje otrok v športno gimnastiko v ŠD GIB Šiška: (Diplomsko delo)*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.

Praznik, K. in Črešnar, M. (2001). *Plavanje: osnove učenja plavanja*. Velenje: Plavalni klub.

Šink, I., Kapus, V., Bednarik, J. in Šajber, D. (1993). *30-letnica akcije »Naučimo se plavati«*. Ljubljana: Ministerstvo za šolstvo in šport.

Šajber, D. (2006). *Plavanje od rojstva do šole*. Radovljica: Didakta.

Štemberger, V. (2005). *Plavanje v prvem triletju devetletne šole: V Zbornik / 2. strokovni posvet Didaktika v šoli v naravi* (str. 166-170). Ljubljana: Center šolskih in obšolskih dejavnosti. Pridobljeno 25. 5. iz [http://www2.pef.uni-lj.si/didaktikasv/zaposleni/CLANKI/Vesna Stemberger PLAVANJE%20V%20PRVI%20TRIADI.pdf](http://www2.pef.uni-lj.si/didaktikasv/zaposleni/CLANKI/Vesna%20Stemberger%20PLAVANJE%20V%20PRVI%20TRIADI.pdf)

Tomc, K. (2010). *Vpliv staršev na vključitev otrok v športno vadbo: Diplomsko delo*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno 2. 7. iz <http://www.fsp.uni-lj.si/cobiss/diplome/Diploma22057430TomcKatja.pdf>

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

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

Videmšek, M. in Visinski, M. (2001). *Športne dejavnosti predšolskih otrok*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

6. PRILOGE

6.1. PRILOGA 1 – ANKETNI VPRAŠALNIK

Spoštovani starši!

Sem Špela Colnar, študentka Fakultete za šport v Ljubljani, smer športna vzgoja. Pri predmetu Elementarna športna vzgoja pripravljam diplomsko delo z naslovom » Razlogi za vključevanje predšolskih otrok v plavalni tečaj v Kamniku«, za kar potrebujem Vašo pomoč. Prosim Vas, da jo rešite in hkrati odgovarjate čim bolj iskreno. Zagotavljam vam, da mi bodo vaši odgovori služili zgolj za raziskovalne namene in je zanje zagotovljena popolna anonimnost.

1. VAŠ SPOL: M / Ž

2. SPOL OTROKA: M / Ž

3. STAROST OTROKA: _____

4. VAŠA IZOBRAZBA
 - a) Brezformalna izobrazba (nedokončana osnovna šola)
 - b) OŠ
 - c) Srednja šola
 - d) Višja šola
 - e) Visoka šola - fakulteta
 - f) Magisterij, specializacija
 - g) Doktorat znanosti

5. KOLIKO OTROK IMATE?
 - a) 1 d) 4
 - b) 2 e) več kot 4
 - c) 3

6. KDO VAS JE SEZNANIL S PLAVALNIMI TEČAJI
 - a) vzgojiteljica v vrtcu
 - b) vaditelj, trener plavanja
 - c) starši, katerih otrok že obiskuje plavanje
 - d) letaki
 - e) prijatelji
 - f) drugo: _____

7. KDO JE BIL GLAVNI POBUDNIK ZA VKLJUČITEV OTROKA V PLAGVALNI TEČAJ?
- a) Oče
 - b) Mati
 - c) Otrok sam
 - d) Otrokovi prijatelji
 - e) Vaši prijatelji
 - f) Stari starši
8. ŽIVITE BLIZU KRAJA, KJER VAŠ OTROK OBISKUJE PLAGVALNI TEČAJ?
- a) Da, zelo blizu (v bližini 1km)
 - b) Da, dokaj blizu (v bližini 5km)
 - c) Ne ravno (v bližini 10km)
 - d) Ne (dlje kot 10km)
9. KAJ NAJVEČKRAT POČNETE V ČASU, KO JE VAŠ OTROK NA URI PLAGVALNEGA TEČAJA?
(možen samo 1 odgovor)
- a) Sem nekje blizu in ga gledam, opazujem
 - b) Sem nekje blizu na kavici, soku (ga ne opazujete direktno)
 - c) Grem v trgovino oziroma po drugih opravkih
 - d) Grem domov
 - e) Drugo: _____
10. ALI ZNATE (starši) TUDI SAMI PLAGVATI (znate osnovne tehnike: prsno, kravl, hrbtno)?
- a) Da, sem bivši aktiven plavalec
 - b) Da, vendar se nikoli nisem aktivno ukvarjal s plavanjem
 - c) Da, vendar ne vseh tehnik → obkrižite katero znate: prsno/ kravl/ hrbtno
 - d) Plavati znam toliko, da se obdržim na površini
 - e) Ne, ne znam plavati
11. KAKO POGOSTO SE VI UKVARJATE Z ORGANIZIRANO ŠPORTNO DEJAVNOSTJO – pod strokovnim vodstvom (aktivno – vsaj 45min) ?
- a) Vsak dan
 - b) 4- do 6-krat na teden
 - c) 2- do 3-krat na teden
 - d) Samo čez vikend
 - e) 1-krat na teden
 - f) 1- do 3-krat na mesec
 - g) 1-krat do nekajkrat na leto
 - h) Nikoli

12. KAKO POGOSTO SE UKVARJATE Z NEORGANIZIRANO REKREATIVNO ŠPORTNO DEJAVNOSTJO – hitra hoja, tek, fitnes... (vsaj 30min) ?

- a) Vsak dan
- b) 4- do 6-krat na teden
- c) 2- do 3-krat na teden
- d) Samo čez vikend
- e) 1-krat na teden
- f) 1- do 3-krat na mesec
- g) 1-krat do nekjakrat na leto
- h) Nikoli

13. ALI HODITE KDAJ DRUŽINSKO PLOVAT (bazen, morje, jezero...)?

- a) Večinoma čez leto, v bazen
- b) Hodimo čez leto v bazen in med poletjem na morje ali v toplice na dopust
- c) Večinoma čez poletje – na dopust in občasno na zunanji bazen
- d) Samo čez poletje na dopust na morje ali v toplice
- e) Ne, nikoli

14. KAKŠNI SO VAŠI CILJI ZA OTROKA NA PODROČJU PLOVANJA?
S številko od **(1 – ni pomembno)**, do **(5 – zelo pomembno)**, ocenite:

Otrok se nauči koristnega preživljanja prostega časa	1	2	3	4	5
Otrok razvija svoje gibalne sposobnosti	1	2	3	4	5
Otrok začne aktivno trenirati plavanje	1	2	3	4	5
Otrok se nauči upoštevati navodila	1	2	3	4	5
Otrok nadgradi svoje plavalno znanje (plava brez pripomočkov)	1	2	3	4	5
Drugo: _____	1	2	3	4	5

15. S ŠTEVILKO OD **1 – ni vplivalo** do **5 – zelo vplivalo** OCENITE RAZLOGE ZA VKLJUČITEV VAŠEGA OTROKA V PLOVALNI TEČAJ?

Navdušenje otroka nad plavanjem in vodo	1	2	3	4	5
Plavanje zelo pozitivno vpliva na gibalni razvoj otroka	1	2	3	4	5
Načeloma gre za šport brez poškodb	1	2	3	4	5
Otrok potroši svojo odvečno energijo	1	2	3	4	5
Otrok se spozna z različnimi športi	1	2	3	4	5
Je šport, ki se odvija najbližje domu	1	2	3	4	5
Zaradi otrokove prekomerne teže	1	2	3	4	5
Otrok spozna nove prijatelje	1	2	3	4	5
Drugo: _____	1	2	3	4	5

16. S ŠTEVILKO OD **1- zelo slabo** do **5 – odlično** OCENITE:

Zadovoljstvo otroka z vadbo	1	2	3	4	5
Zadovoljstvo staršev z vadbo	1	2	3	4	5
Strokovno delo vaditeljev	1	2	3	4	5
Prostorske razmere	1	2	3	4	5
Odnos vaditeljev do vaših otrok	1	2	3	4	5
Napredek vaših otrok v plavanju	1	2	3	4	5
Termin (ura) plavalnega tečaja	1	2	3	4	5
Cena plavalnega tečaja	1	2	3	4	5

17. ALI STE ZADOVOLJNI Z INFORMACIJAMI O TEČAJIH?

- a) Da, izvem vse kar potrebujem
- b) Da, vendar bi lahko več poročali o sprotnem napredku otroka (sestanki)
- c) Me ne zanima
- d) Ne, menim, da imamo staši premalo informacij o poteku tečaja (nadomeščanju...)

18. ALI BI SAMI KAJ SPREMENILI, DODALI, POHVALILI GLEDE NAČINA IZVEDBE PLAVALNIH TEČAJEV?

Najlepša hvala za Vaše odgovore!

Špela Colnar