UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

Športna vzgoja

RAZLOGI ZA VKLJUČEVANJE PREDŠOLSKIH OTROK V ROGAŠKI SLATINI V PLESNE DEJAVNOSTI

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA:

doc. dr. Meta Zagorc, prof. šp. vzg.

SOMENTORICA:

doc. dr. Petra Zaletel, prof. šp. vzg.

RECENZENT/RECENZENTKA:

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

AVTORICA DELA:

Tonja Mašera

Ljubljana, 2016

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorici doc. dr. Meti Zagorc, somentorici doc. dr. Petri Zaletel in recenzentu prof. dr. Mateju Tušaku za mentorstvo, strokovno pomoč in vodenje pri izdelavi diplomskega dela.

Diplomsko delo je zaključek celotnega študijskega procesa, zato se zahvaljujem tudi vsem profesorjem Fakultete za šport.

Zahvaljujem se staršem, ki so anketni vprašalnik izpolnili.

Hvala lektorici in prevajalki.

Posebna zahvala pa gre družini, ki mi je skozi študij stala ob strani, dajala spodbudne nasvete, me podpirala ter nudila finančno pomoč.
Zahvaljujem se prijateljem, ki so me podpirali, mi pomagali ter me v napornih trenutkih obkrožali z optimizmom.

Hvala vsem, ki ste kakorkoli pripomogli k nastanku moje diplomske naloge.

Ključne besede: Plesne dejavnosti, predšolski otroci, razvoj otrok, plesni pedagog.

RAZLOGI ZA VKLJUČEVANJE PREDŠOLSKIH OTROK V ROGAŠKI SLATINI V PLESNE DEJAVNOSTI

Tonja Mašera

Izvleček

Diplomsko delo z naslovom *Razlogi za vključevanje predšolskih otrok v Rogaški Slatini v plesne dejavnosti* je sestavljeno iz teoretičnega in empiričnega dela. V teoretičnem delu smo predstavili otrokovo potrebo po gibanju, plesno dejavnost predšolskih otrok, vpliv plesa na otrokov razvoj, kjer smo poudarili gibalni, telesni, osebnostni, čustveni in socialni razvoj, vključevanje otrok v plesne dejavnosti in naloge plesnega pedagoga. V empiričnem delu smo s pomočjo anketnega vprašalnika ugotavljali, kdo je pobudnik za vpis otroka v plesne dejavnosti, pogostost ukvarjanja s plesnimi dejavnostmi, razloge za vključevanje otrok v plesne dejavnosti, pripisovanje pomembnosti plesa in oceno otrokovega zadovoljstva ob plesu.

V raziskavi je sodelovalo 29 staršev, katerih predšolski otroci so v šolskem letu 2014/15 obiskovali plesne dejavnosti v Rogaški Slatini.

Ugotovili smo, da je najbolj priljubljena plesna zvrst med starši hip-hop, najmanj pa izrazni ples. Večina staršev nima predhodnih plesnih izkušenj, to pa je najverjetneje tudi razlog, da se otroci sami odločijo za obiskovanje plesnih dejavnosti. V povezavi s tem v ospredje ne pridejo razlogi za vključevanje, ki so vezani na starše, ampak razlogi, ki težijo k otrokovim potrebam. Ti razlogi so druženje otroka z vrstniki, gibalni razvoj in sprostitev. Prav tako pa skoraj vsi starši vrednotijo otrokovo zadovoljstvo s plesom z najvišjo oceno. Starši pripisujejo največji pomen plesu kot obliki razvedrila, razvoju gibalnih sposobnosti s plesom ter plesu kot obliki sproščanja, najmanjšega pa plesu, kot obliki tekmovalnega športa.

Keywords: Dance activities, preschoolers, child development, dance teacher.

THE REASONS FOR THE INCLUSION OF PRESCHOOL CHILDREN IN ROGASKA SLATINA INTO DANCE ACTIVITIES

Tonja Masera

Abstract

The thesis entitled “The reasons for the inclusion of preschool children in Rogaska Slatina into dance activities” consists of theoretical and empirical part. In the theoretical part we presented the preschool children's need for movement, dance activities, dance teacher tasks, the impact of dance activities on child development, where we emphasized motional, physical, personal, emotional and social development and inclusion of children in dance activities. In the empirical part, we used a questionnaire to establish who is the initiator of the enrollment of a child in dance activities, frequency of participation in dance activities, the reasons for the involvement of children in dance activities, attributing importance of dance and assessment of the child's satisfaction at the dance.

The study involved 29 parents whose preschoolers attended dance activities in Rogaska Slatina during the school year 2014/15.

We have found that the most popular genre of dance between parents is Hip-hop, but at least is expressive dance type. Most parents have no previous dance experience; this is probably the reason that children decide to attend dance activities by themselves. In this connection, the reasons for the inclusion of which are tied to the parents does not come to the spotlight, but the reasons that tend to the child's needs does. These reasons are socializing children with their peers, motoric development and relaxation. Also, almost all parents valued the child's pleasure dancing with the highest rating. Parents attach the greatest importance to the dance as form of entertainment, the development of movement skills through dance and dance as a form of release, while the lowest importance to dance as a competitive sport.

Kazalo vsebine

1 UVOD 6

1.1 OTROKOVA POTREBA PO GIBANJU 6
1.2 PLESNA DEJAVNOST PREDŠOLSKIH OTROK 7
1.3 VPLIV PLESA NA OTROKOV RAZVOJ 9
1.3.1 Gibalni razvoj 9
1.3.2 Telesni razvoj 9
1.3.3 Osebnostni razvoj 10
1.3.4 Čustveni razvoj 11
1.3.5 Socialni razvoj 11
1.4 VKLJUČEVANJE OTROK V PLESNE DEJAVNOSTI 12
1.5 NALOGE PLESNEGA PEDAGOGA 13

2 METODE DELA 15

2.1 CILJI 15
2.2 HIPOTEZE 15

3 METODE DELA 16

1.1 PREIZKUŠANCI 16
1.2 PRIPOMOČKI 16
1.3 POSTOPEK 16

4 REZULTATI IN RAZPRAVA 17

4.1 ZNAČILNOSTI VZORCA – STARŠI 17
4.2 ZNAČILNOSTI VZORCA – OTROCI 21

5 SKLEP 28

6 LITERATURA 29

7 PRILOGE 31

ANKETNI VPRAŠALNIK 31

1 Uvod

1.1 Otrokova potreba po gibanju

Gibanje je ena temeljnih sposobnosti, ki otroku najprej omogoča preživetje, nato vpliva na socialne, spoznavne in čustvene lastnosti (Frfolja, 2015).

Otrokovi primarni potrebi sta potreba po gibanju in igri. Z gibanjem telesa otrok zaznava okolico, prostor, čas in samega sebe. Ko otrok začne obvladovati svoje roke, noge in trup začenja čutiti veselje, varnost, ugodje, dobro se počuti, pridobi si samozaupanje in samozavest (Kurikulum za vrtce, 2007, str. 25).

S športom zadovoljujemo otrokove potrebe po gibanju ter ohranjamo in krepimo njegovo zdravje. Če igre potekajo z vrstniki, se otrok nauči timskega dela ter ob tem občuti radost in veselje. Šport pomaga pri odpravljanju agresivnosti, izgrajevanju samozavesti, učenju discipline ter organiziranju svojega časa. Z izbranimi vajami razvija motorične spretnosti, spoznava pojave v vsakdanjem življenju in razvija vrednote, ki oblikujejo njegov značaj (Vidmar, 2012, str. 51).

Otrok dojema svet preko informacij, ki izvirajo iz njegovega telesa, zaznavanja okolja in izkušenj, ki jih pridobi z gibalnimi dejavnostmi in gibalno ustvarjalnostjo. Z gibanjem zaznava in odkriva svoje telo in preizkuša, kaj telo zmore. Gibalni razvoj ima veliko vlogo v prvih letih življenja, ko je igra glavno sredstvo pridobivanja raznovrstnih izkušenj. Razvoj poteka od naravnih oblik gibanja do kompleksnih športnih dejavnosti, povezan pa je z zorenjem, učenjem in lastno aktivnostjo (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Gibalna dejavnost je integralni del vedenjskega repertoarja, je posrednik otrokovega vključevanja v okolje. Otroku omogoča pridobivanje bogatih izkušenj in doživetij ter celovito spoznavanje sveta. V predšolskem obdobju je pomembno, da otrok pridobi čim več gibalnih izkušenj, ki so zahteva kasnejšim zahtevnejšim gibalnim vzorcem. To pomembno vpliva na celostni razvoj, kasnejše vključevanje v športne zvrsti in na to, da šport postane pomembna sestavina kakovosti življenja v vseh obdobjih. Starši morajo zato otroku nuditi čim več gibalnih izkušenj, otroka usmerjati v različne aktivnosti in posredno vplivati na prave odločitve (Videmšek in Pišot, 2007).

Gibalna dejavnost spada med najpomembnejša področja v otrokovem razvoju. Z ustreznimi dejavnostmi razvija gibalne, funkcionalne, spoznavne, socialne in čustvene sposobnosti in lastnosti. Otrok spoznava smisel in pomen upoštevanja pravil iger, pomen spoštovanja in sodelovanja in upoštevanja različnosti (Videmšek in Visinski, 2001).

1.2 Plesna dejavnost predšolskih otrok

Zgodovinski zapisi poročajo, da ples spremlja človeka od samega začetka in je tesno povezan z družbenim razvojem. Je del našega bivanja in delovanja (Kovač Valdés, 2011). Ples se je razvil kot želja po svobodi gibanja, izražanju čustev, občutkov. Je poseben izraz zavesti, spoznanj, čustev in hotenj. Predstavlja povezavo športa in umetnosti (Zagorc in Jarc-Šifrar, 2003).

Ker je učenje iz lastnih izkušenj najučinkovitejše, je treba otroku ponuditi čim več možnosti, da ples izkusi. Otrok prvi stik s svetom vzpostavlja preko gibanja. Gibanje je otrokova primarna potreba, ki je vir veselja, ugodja, zadovoljstva, zabave. Naloga starša pa je, da otroku omogoči čim več gibanja in gibalnega ustvarjanja (Kovač Valdés, 2011).

Sodobna psihologija poudarja pomembnost zaznavanja sveta s čutili, saj čutne zaznave ostanejo zapečatene v naših možganih. Tako tudi sodobni pedagoški pristopi vključujejo ustvarjanje z glasom, zvokom, barvo, glino in tudi z gibom. Gib pa najbolj pripomore k celostni vzgoji mladega človeka (Zagorc, 2006).

Otroka je treba naučiti zavedanja prostora, gibanja skozi prostor, nadzorovanja hitrosti gibanja, gibanja v različnih smereh in gibanja po ritmu. Vse to naj bi postalo njegov osnovni »kinestetični slovar« (Zagorc, 2006).

Ob ritmičnem gibanju telesa se človek globlje zave svojega obstoja, s tem pa se v človeku pojavlja tako imenovano »biološko ugodje«. S plesom posnema in navzven izraža utripanje vsake svoje celice, ritem vseh svojih osnovnih bioloških procesov, ki potekajo po vzorcu enakomernega ponavljanja napetosti in sprostitve. Ves otrokov notranji svet so sprva ravno sporočila lastnega telesa. Prvo doživetje sebe se razvija preko občutenja lastnega telesa. Pri plesu telo deluje kot sprejemnik, posredovalec in izvajalec, saj sprejema kinestetične, ritmične in socialne dražljaje ter se na različne načine nanje odziva (Zagorc, 1997).

Otrok se s plesom začne zavedati svojega telesa in raznovrstnosti svojega gibanja, časa in prostora ter različnih možnosti za izrabo svoje energije. Otrok veliko bolj odrasli izraža svoje duševno počutje s telesnim stanjem in obratno. V plesu najdejo zadovoljstvo, saj lahko osvobodijo čustva in občutja (Zagorc, 2006).

Ples spodbuja razvoj ustvarjalnosti kot osebnostne lastnosti, saj z njim neprestano razvijamo otrokovo predstavno mišljenje, domišljijo in kreativno mišljenje (Kroflič in Gobec, 1982).

Socializacija ima v predšolskem obdobju velik pomen, ples pa pomembno vlogo pri razvijanju le-te, saj spodbuja stike z drugimi, prilagodljivost, sodelovanje, skupinsko reševanje problemov, upoštevanje pravil, vodenje in podrejanje (Zagorc, 2006).

Ples omogoča in spodbuja sodelovanje in uveljavljanje v skupini. Otrok sodeluje v skupini na več načinov – se vključi v enotno gibanje skupine (npr. v rajalni igri), prevzame določeno dolžnost v skupini (npr. vloga v plesni dramatizaciji), aktivno sodeluje v gibalnem ustvarjanju male skupine (Kroflič in Gobec, 1982).

Otroci se v predšolskem obdobju gibajo svobodno, improvizirajo na spontan in ustvarjalen način in se igrajo s svojim gibanjem. Z odraščanjem pa pojenja tudi njihova odprtost do izražanja. Zato je treba v sklopu vrtca ali v prostočasnih aktivnostih omogočiti, da se naučijo

zavedati količine in kvalitete gibanja ter reakcije svojega telesa na določen gib. Otrok mora spoznati, kakšne občutke sproži gib, kakšna je čustvena reakcija na posamezna gibanja in kako lahko izrazi občutja, misli in ideje ter se giba na svojevrsten način (Zagorc, 2006).

Večina otrok ima prirojen občutek za ritem, nekateri pa tega občutka nimajo. Občutek za ritem je sposobnost zaznavanja in razumevanja časovnih razmerij v glasbi, gibanju in govoru, in je odvisen od vzgoje in okolja, v katerem živimo. Med 3. in 6. letom otrokovega razvoja v procesu učenja posebej poudarjamo, kako slišati ritem, kako temu prilagodimo gibanje ali igranje na določene instrumente. Mnogi otroci težko uskladijo gibanje s spremljavo, vendar se lahko tega vsakdo nauči. Ritmične igre otroka prevzamejo, veselje, ki ga otrok ob tem kaže, pa dokazuje, da ritem in gibanje izzoveta v njem čustvena doživetja in ugodja (Zagorc, 2006).

Otroci pogosto posnamejo gibanje odraslega in si tako ustvarijo svoj »gibalni zaklad«. Odraščanje pa privede tudi do samostojnega ustvarjanja. Že triletni otroci znajo ploskati, topotati z nogami, počepniti, se obrniti v krogu, se zibati levo in desno, korakati, s časom pa dodajajo nove načine gibanja (Zagorc, 2006).

Področje plesa pri predšolskih otrocih zajema gibanje, ki je primerno razvojni stopnji, izražanje z gibanjem, ustvarjanje z gibanjem in gibalne oblike, ki so jih ustvarili ali jih ustvarijo otroci (Kroflič in Gobec, 1982).

1.3 Vpliv plesa na otrokov razvoj

1.3.1 Gibalni razvoj

Gibalni razvoj je najbolj izrazita oblika in funkcija psihofizičnega razvoja, ki se začne že v prenatalnem obdobju in se stalno izpolnjuje (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003). Je posledica zorenja ter posameznikovih izkušenj. Zorenje določa univerzalno sosledje pojavljanja posameznih gibalnih sposobnosti v razvoju, izkušnje pa vplivajo na hitrost doseganja mejnikov v gibalnem razvoju. Da se razvijejo nove gibalne spretnosti, je potrebna določena raven razvitosti otrokovega mišičja, živčnega in zaznavnega sistema ter proces učenja (Videmšek in Pišot, 2007).

Gibalni razvoj predstavljajo dinamične in kontinuirane spremembe v motoričnem vedenju, ki se kažejo v razvoju motoričnih sposobnosti in gibalnih spretnosti. Med motorične sposobnosti spadajo koordinacija, moč, hitrost, preciznost, ravnotežje, gibljivost in vzdržljivost, med gibalne spretnosti pa lokomotorne, manipulativne in stabilnostne spretnosti. Pridobivanje gibalnih spretnosti in vzorcev je rezultat interakcije med genetskimi in okoljskimi vplivi. Genetski dejavniki so odločilni za živčno-mišično zorenje, morfološke in značilnosti. Najvplivnejši okoljski dejavniki so predhodne gibalne izkušnje in pridobivanje novih gibalnih izkušenj (Videmšek in Pišot, 2007).

Gibalni razvoj poteka skozi različna obdobja, ki se imenujejo razvojne stopnje. Delimo jih na:

1. REFLEKSNA GIBALNA FAZA: Sem spadajo refleksna gibanja novorojenčka in dojenčka. Obdobje traja od prenatalnega obdobja do 1. leta.
2. RUDIMENTALNA GIBALNA FAZA: Traja od rojstva do 2. leta starosti. Rudimentalne gibalne sposobnosti so začetne, nepopolne motorične sposobnosti.
3. TEMELJNA GIBALNA FAZA: Traja od 2. do 3. leta. Gibanje postaja učinkovitejše in bolj usklajeno.
4. SPECIALIZIRANA GIBALNA FAZA: Nastopi po 7. letu starosti. Izvajanje gibanja je vse bolj nadzirano, izpopolnjeno in hitro. Otrok začne uporabljati temeljne gibalne spretnosti za izvajanje specializiranih športnih spretnosti (Videmšek in Pišot, 2007).

Ples zahteva večji razpon fizičnih sposobnosti kot večina drugih športov. Je ena najprimernejših športnih dejavnosti za otrokov gibalni razvoj, saj razvija visoko stopnjo gibljivosti, koordinacije, moči in vzdržljivosti. Vse to razvija skozi učenje gibalnih vzorcev in z razvojem mišičnega spomina (Thomas, 2012).

1.3.2 Telesni razvoj

Telesni razvoj zajema anatomske in fiziološke procese oz. celo vrsto sprememb v razmerjih, strukturi in obliki, do katere pride v posameznikovem razvoju. Telesni razvoj predstavlja spremembe v kompleksnosti strukture in oblike. Spremembe v kompleksnosti strukture imenujemo rast, za katero je vzrok rast celic, spremembe v kompleksnosti oblike pa diferenciacija, za katero je vzrok različen razvoj teh celic (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Med telesni razvoj uvrščamo:

- morfološke spremembe,
- razvoj srčno-žilnega sistema,
- razvoj dihalnega sistema,
- razvoj skeletno-mišičnega sistema,
- razvoj živčnega sistema.

Vzroki za individualne razlike v telesnem razvoju so različni. Pri predšolskem otroku moramo posebej poudariti njegovo veliko potrebo po gibanju, ki ima izreden vpliv na skladen telesni razvoj (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

1.3.3 Osebnostni razvoj

Družbeno življenje je v naši kulturi dokaj zapleteno, zato je osebnost zelo pomembna. Da bi bili otroci srečni, se morajo prilagoditi tudi v osebnostnem pogledu. Razvoj osebnosti ni toliko odvisen od podedovanega, kot je od tega, kar ga starši naučijo. Starši morajo prevzeti odgovornost za to, kakšni bodo njihovi otroci, in poskrbeti za razvoj lastnosti, ki jim bodo dobro služile kasneje v življenju. Vse otrokovo življenje se oblikuje v prvih letih življenja. Če so otrokove potrebe zadovoljenje, če uživa veliko ljubezni in pozornosti, ima veliko možnosti, da se bo razvil v srečnega človeka (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Večina človekovih osebnih značilnosti vpliva na njegove življenjske možnosti. Take značilnosti so: sposobnost vzpostavljanja in vzdrževanja prijaznih odnosov z drugimi ljudmi, sposobnost učiti se na napakah, pripravljenost stvari deliti z drugimi in trdo delati, sposobnost opazovanja, osredotočenja pozornosti, sposobnost biti ustvarjalen in odločen. To so značilnosti, ki otroku koristijo, zavirajo ga pa značilnosti, kot so lenoba, počasno mišljenje in nezmožnost izražanja (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).
V času razvoja moramo upoštevati individualne lastnosti in značilnosti otrok ter jim prilagoditi telesno dejavnost, saj za razvoj osebnosti ni koristna tista oblika ali vrsta telesne dejavnosti, ki ni usklajena s posameznikovo naravo, njegovimi zanimanji, motivi in načinom doživljanja, prav tako tudi ne tista, ki ne dopušča človeku pristnega stika s seboj in z drugimi (Škof, 2010).

Otroci se razlikujejo po temperamentu, telesni, čustveni in socialni prilagodljivosti, zanimanjih in motivih, ki jih spodbujajo, ter po ciljih, ki jih privlačijo in za katere so se pripravljeni potruditi. Če vadbo prilagodimo temu, posameznik ob telesni dejavnosti občuti veselje in jo spontano vključi v svoje življenje in oseben slog. Ta bo značilen zanj in mu bo v zadovoljstvo tudi kasneje v življenju, saj bo v sozvočju z njegovimi vrednotami, pojmovanjem in doživljanjem sebe in sveta (Škof, 2010).

Primerna izbira telesnih dejavnosti lahko uspešno dopolnjuje nekatere osebnostne pomanjkljivosti in tako dodatno prispeva k njegovemu skladnemu in celostnemu zorenju. Posledično lahko tudi povečuje posameznikovo zaupanje vase in njegovo spontanost, usmerja zdravo agresivnost in spodbuja k bolj sproščeni komunikaciji z drugimi (Škof, 2010).

1.3.4 Čustveni razvoj

Na otrokov čustveni razvoj vplivajo predvsem zorenje, učenje in pridobivanje izkušenj, spoznavni procesi ter otrokova samodejavnost. Sposobnost izražanja čustev ima otrok že od rojstva naprej. V otroštvu izraža čustva, kot so veselje, jeza, strah, anksioznost, zaskrbljenost, ljubosumnost in naklonjenost (Videmšek in Pišot, 2007).

Eden najpomembnejših vidikov čustvenega področja je pojmovanje samega sebe. To je ocena svoje vrednosti, ki temelji na tem, kaj sami mislimo o sebi, in na tem, kar drugi mislijo o nas. Gibanje je eden najpomembnejših dejavnikov v predšolskem obdobju, ki prispeva k oblikovanju pojmovanja samega sebe. Otroci visoko vrednotijo gibalne spretnosti, od katerih je odvisno tudi sprejemanje posameznika v skupino. Otroci, ki imajo negativno pojmovanje samega sebe, kažejo majhno zanimanje za vključevanje v različne dejavnosti. Posledice negativnega pojmovanja pa so anksioznost, slabši uspehi in dosežki, vedenjske in učne težave (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Pomembno vlogo pri izbiri dejavnosti imajo občutenje telesa, lahkota in učinkovitost, s katero se giblje. Če otrok dobro obvladuje svoje telo in gibanje, bo to okrepilo pozitivno pojmovanje samega sebe. Negativno podobo o sebi pa imajo otroci, ki so neuspešni v raznih gibalnih dejavnostih. Zato jih moramo vključiti v gibalne dejavnosti, ki omogočajo največji možni uspeh (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Ples ima velik vpliv na čustveni razvoj. Sramežljivim otrokom pomaga pridobiti samozavest, na drugi strani pa vedenjsko problematične otroke umiri. Prav tako pa se ples uporablja kot terapija za otroke z različnimi vrstami čustvenih motenj (Positive Effects of Dance on Children, 2015).

1.3.5 Socialni razvoj

Socialni razvoj je v veliki meri odvisen od učenja in izkušenj v predšolskem obdobju, čeprav se vsak otrok rodi z določenimi potenciali. Socialno okolje se vedno bolj širi ter sega med vrstnike v vrtcu in bivalnem okolju. Z različnimi dejavnostmi v skupini otrok spoznava pravila vedenja. Vključevanje otrok v skupino je odvisno od različnih socialnih spretnostih, komuniciranja in navezovanja stikov, v skupinah pa razvija socialne kompetence in samopodobo (Videmšek in Pišot, 2007).

V zgodnjem otroštvu se otrok vključuje v individualno, vzporedno, asociativno in sodelovalno igro. Igra otrokom nudi komunikacijo, vzpostavljajo se različne situacije, pri katerih se otrok uči nadzora nad svojim vedenjem, izražanjem čustev in sodelovati z drugimi. Otrokova igra je najpogosteje gibalne narave. Z gibalnimi igrami se lahko dosežejo številni pozitivni učinki na otrokov socialni razvoj, v smislu pridobivanja socialnih spretnosti, medosebne interakcije in privlačnosti (Videmšek in Pišot, 2007).

Socialni razvoj zajema specifične stopnje v otrokovem razvoju. Je voden in usmerjen proces, s katerim otrok razvije svoje obnašanje, ki naj bi bilo sprejeto s strani skupine, ki ji pripada. Skozi faze socialnega razvoja gre vsak otrok, razlika pa je v hitrosti prehoda. V predšolskem obdobju so področja razvoja med seboj tesno povezana, zato v socialnem razvoju hitreje napredujejo tisti, ki so bolj napredni tudi na gibalnem, intelektualnem in čustvenem področju (Videmšek in Pišot, 2007).

1.4 Vključevanje otrok v plesne dejavnosti

Za otrokov celostni razvoj so zelo dragocene gibalne izkušnje, ki jih otrok lahko razvija s starši že v predšolskem obdobju. Za razvoj gibalnih vzorcev in spretnosti je pomembno spodbudno okolje, ki pa je v predšolskem obdobju odvisno predvsem od staršev. Zgodnje gibalne spodbude pa vplivajo tudi na otrokov poznejši življenjski slog, zato so organizirane oblike »igralnih uric« že v predšolskem obdobju zelo pomembne (Škof, 2007).

Stališča in vrednote otrok do športne in telesne dejavnosti so povezana z aktivnim ukvarjanjem njihovih staršev s športom. Zato bodo otroci, kjer je v družinah zdrav način življenja vrednota, deležni večje spodbude in postali telesno aktivnejši. Starši so tako pomemben člen pri motiviranju, zgledih, materialni in socialni podpori ter pri oblikovanju in razvijanju odnosa do športne aktivnosti in zdravega življenjskega sloga (Škof, 2010).

Starši imajo pri vključevanju otrok v športne dejavnosti veliko vlogo, saj ga v prvih letih športnega udejstvovanja večinoma oni usmerjajo v šport in mu pokažejo koristi športne aktivnosti. Pomembno vplivajo tudi na pomen športa za vse življenje. Pogosto se pojavlja, ko se otroci začnejo ukvarjati s športi, s katerimi so se ukvarjali njihovi starši, saj so se s temi športi srečevali že od malih nog (Mavrič, 2012).

Gibalne izkušnje, ki jih otrok lahko pridobi in razvija v organizirani športni vadbi že v predšolskem in zgodnjem šolskem obdobju, so zelo dragocene za gibalni in posledično celosten razvoj mladega človeka (Kraner, b. d.).

Pedagogi, športni delavci, pediatri in tudi psihologi se strinjajo, da predstavlja vključevanje predšolskih otrok v organizirane oblike vadbe obogatitev gibanja, razširitev gibalnih vzorcev, kar otroku kasneje koristi na številnih razvojnih ravneh. Z vključitvijo otroka v športno dejavnost se otrok uči orientacije, krepi spomin in altruizem ter pospešuje čustveni in socialni razvoj (Comma, 2012).

Pravi čas za vključitev otroka v organizirano športno dejavnost je takrat, ko je otrok motivacijsko pripravljen oz. ko ima sam željo po udejstvovanju. Otrok si mora sam izbrati šport, starši pa mu lahko pri tem svetujejo in ga spodbujajo (Škof, 2007).

Pogosto se dogaja, da se otroci ne morejo odločiti samo za en šport. Fantje bi radi postali nogometaši, košarkarji, plavalci, dekleta pa plesalke, gimnastičarke ipd. Otrokom je treba omogočiti širši razvoj, da se lahko otroci sami odločijo za sebi najljubši šport. Prav tako pa ni nič narobe, če otroci trenirajo več športov naenkrat (Mavrič, 2012).

S plesom se otroci začnejo ukvarjati pri 3–4 letih. V tem starostnem obdobju že sledijo navodilom, posnamejo različne gibe in izvedejo različne gibalne naloge. Triletni otroci se pogosto spontano vključujejo v usmerjene dejavnosti. Za vadbo jih bomo pridobili, če bomo ubrali pravo pot pri vzbujanju navdušenja (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013).

1.5 Naloge plesnega pedagoga

Učenje otroka na predšolski stopnji poteka skozi zavedanje telesa, saj vse zunanje dražljaje oz. signale sprejema najprej telesno, šele kasneje si jih razumsko razlaga.

Da se bodo predšolski otroci razvijali v pravi smeri, moramo učenje usmerjati v:

- harmonizacijo skupine, vzpostavljanje stikov, kjer bo otrok izgubil občutek tesnobe in se počutil sproščenega, svobodnega. To je pogoj, da bo uspešno ustvarjal in se gibalno udejanjil pri plesni uri;
- slušno koncentracijo in razvijanje občutka za ritem;
- osvajanje prostora in orientacijo lastnega telesa v prostoru. S tem imajo mlajši otroci izrazite težave, je pa pogoj, za razvijanje drugih intelektualnih spretnosti;
- ozaveščanje lastnega telesa;
- telesno izražanje različnih razpoloženj in čustev v povezavi z glasbo;
- metode sproščanja (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013, str. 20).

Vzgojna načela, ki jih mora upoštevati plesni pedagog pri načrtovanju:

1. načelo postopnosti in sistematičnosti,
2. načelo življenjske in psihične bližine,
3. načelo nazornosti,
4. načelo ustreznosti razvojni stopnji,
5. specifična načela plesne vzgoje: načelo aktivnosti, načelo interesa, načelo individualizacije (Zagorc, 2006, str. 157).

Ob upoštevanju načel mora zastaviti še ustrezne vzgojne cilje plesne vzgoje, ki pa jih delimo na:

- razvojni vzgojni cilji,
- gibalni vzgojni cilji,
- emocionalni vzgojni cilji,
- intelektualni vzgojni cilji,
- socialni vzgojni cilji,
- estetski vzgojni cilji (Zagorc, 2006, str. 158).

Pri oblikovanju programa poskušamo upoštevati celovitost telesnega, čustvenega, umskega in estetskega razvoja. Da bi to zagotovili pa oblikujemo naloge, s katerimi poskušamo:

- razvijati in oblikovati gibanje,
- razvijati sposobnost izražanja in ustvarjanja z gibanjem,
- razvijati sposobnost sporočanja svojih počutij, doživetij, misli in čustev,
- razvijati nekatere socialne sposobnosti, kot so medsebojni odnosi, pripadnost, uveljavljanje itd.,
- razvijati estetsko tankočutnost in kritičnost (Zagorc, 2006, str. 159).

Otrokom je treba omogočiti samostojno delo še pred začetkom izvajanja gibalnih nalog. S tem omogočimo, da se izživijo, sprostijo, preizkusijo svojo domišljijo in spretnosti. Učitelj preko tega oceni predznanje otrok, kakšna je njihova domišljija, predvsem pa, kako je razvita osnovna motorika in do katere meje so usvojena naravna gibanja (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013, str. 20).

V predšolskem obdobju je pomembna predstavljivost. Zraven predstavljanja vaj lahko nakazujemo, kako lahko s svojo lastno domišljijo »iznajdejo« svoj gib, izboljšajo izvedbo itd. (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013, str. 20).

Pri poučevanju plesa je ključnega pomena odnos do snovi in do otrok. Najpomembneje je, da otroci pri vsaki uri uživajo v gibanju. Največja nagrada za naše delo pa je, če skupaj z njimi uživamo tudi mi (Zagorc, 2006).

2 Metode dela

2.1 Cilji

Cilji diplomskega dela so:

- ugotoviti, ali so morebitne predhodne ali sedanje plesne izkušnje staršev vplivale na njihovo odločitev za vpis otroka v plesne dejavnosti,
- ugotoviti, ali so starši pobudniki za vpis otroka v plesne dejavnosti,
- ugotoviti razloge, ki vplivajo na odločitev starša za vpis otroka v plesne dejavnosti,
- ugotoviti, ali je staršem pomembnejši gibalni razvoj otrok ali sprostitev in zabava s plesno aktivnostjo,
- ugotoviti pogostost otrokovega ukvarjanja s plesnimi dejavnostmi,
- ugotoviti, kako starši ocenjujejo otrokovo zadovoljstvo s plesom.

2.2 Hipoteze

Hipoteza 1:
V plesne dejavnosti je vpisanih več otrok, katerih starši imajo predhodne in sedanje plesne izkušnje.

Hipoteza 2:
Pobudniki za vpis otroka v plesne dejavnosti so starši.

Hipoteza 3:
Starši vpišejo otroke v plesne dejavnosti predvsem zaradi zapolnitve prostega časa otroka.

Hipoteza 4:
Starši pripisujejo večji pomen sprostitvi otroka in zabavi otroka ob plesnih dejavnostih kot razvoju gibalnih sposobnosti s plesnimi dejavnostmi.

Hipoteza 5:
Predšolski otroci v povprečju obiskujejo plesne dejavnosti največ 1x tedensko.

Hipoteza 6:
Večina staršev ocenjuje otrokovo zadovoljstvo s plesom z najvišjo oceno.

3 Metode dela

1.1 Preizkušanci

Raziskava je potekala na vzorcu 29 anketiranih staršev iz Rogaške Slatine, katerih predšolski otroci so obiskovali plesne dejavnosti v letu 2014/2015. 21 anketirancev je bilo ženskega in 8 moškega spola. 9 staršev je bilo starih 30 let, 19 od 30 do 40 let in 1 starš nad 40 let. Otroci anketirancev so bili stari od 3 do 6 let, 24 je bilo deklic in 5 dečkov.

1.2 Pripomočki

Podatke smo zbirali s pomočjo anketnega vprašalnika zaprtega tipa. Anketni vprašalnik je subjektiven in ni veljaven. Zanesljivost anketnega vprašalnika smo zagotovili z anonimnostjo anketirancev in anketiranjem celotne populacije, ki obiskujejo plesne dejavnosti v vrtcu na območju Rogaške Slatine.

1.3 Postopek

Anketne vprašalnike smo razdelili staršem otrok, vpisanih v plesno šolo v Rogaški Slatini. Z metodo opisne statistike smo pridobili podatke o razlogih za vključevanje predšolskih otrok v Rogaški Slatini v plesne dejavnosti. Pridobljene podatke pa smo obdelali v programu SPSS in s pomočjo programa Excel.

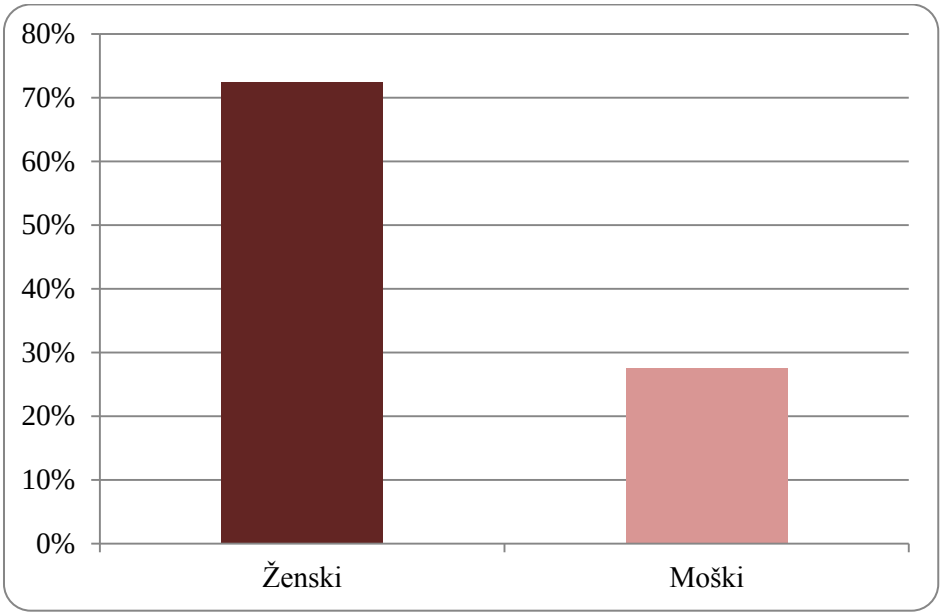
4 Rezultati in razprava

4.1 Značilnosti vzorca – starši

V prvem delu vprašalnika smo ugotavljali osnovne podatke staršev, priljubljene plesne zvrsti med starši in morebitne predhodne plesne izkušnje staršev.

Tabela 1: Spol staršev

Spol staršev	Število	Odstotki
Ženski	21	72 %
Moški	8	28 %
Skupaj	29	100 %

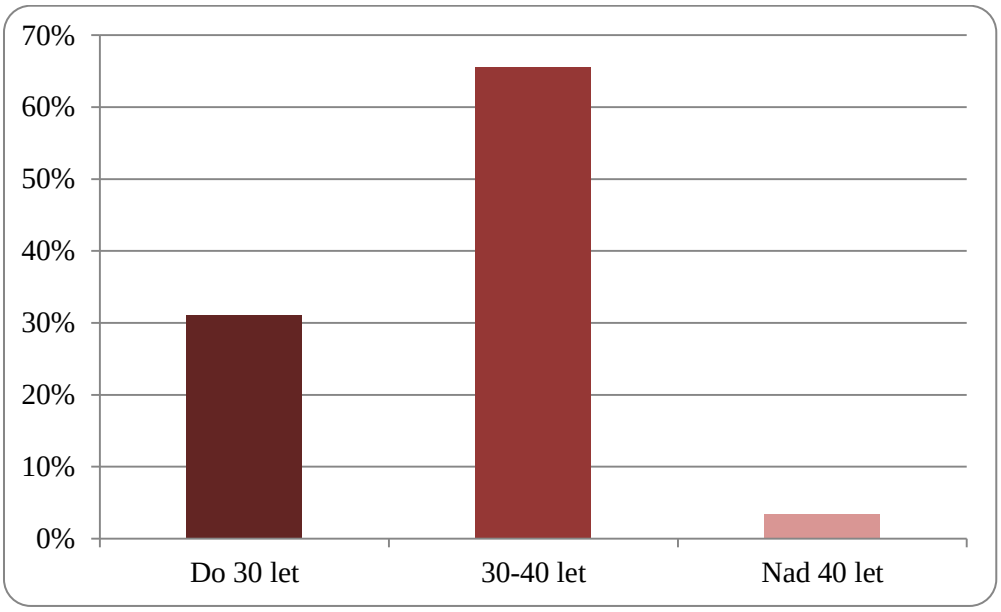


Slika 1: Spol staršev

Anketni vprašalnik je izpolnilo 29 staršev. Iz Tabele 1 in Slike 1 je razvidno, da je bilo med anketiranci 21 staršev (72 %) ženskega spola in 8 staršev (28 %) moškega spola.

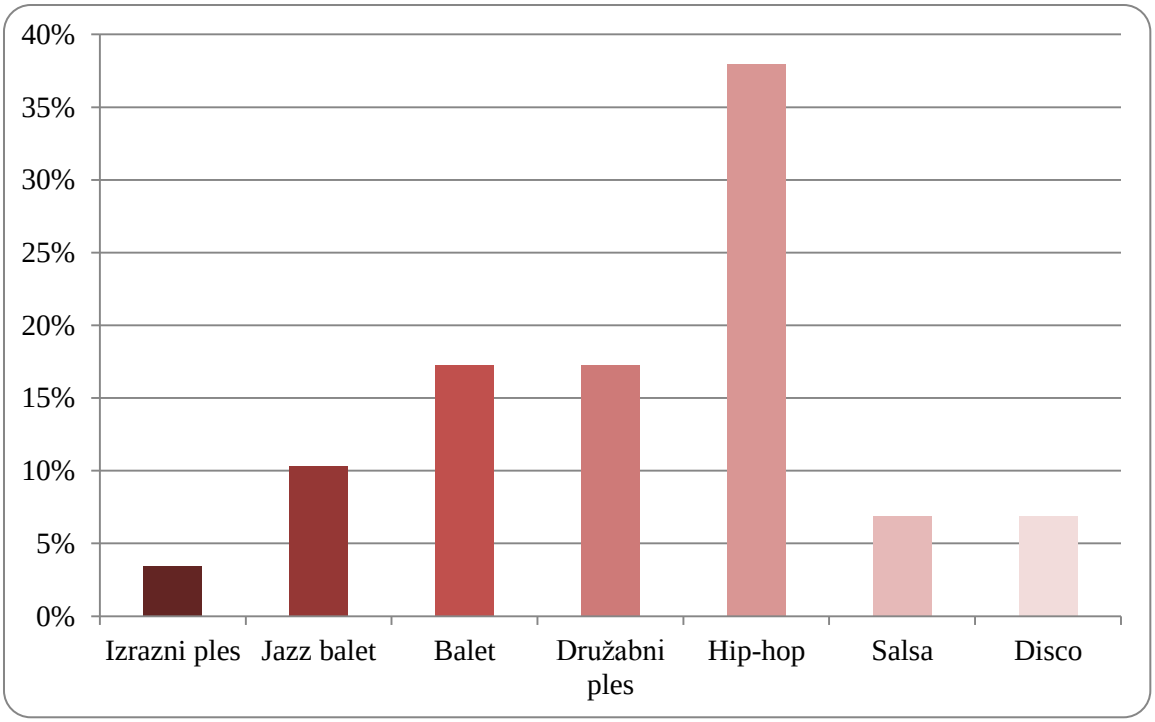
Tabela 2: Starost staršev

Starost staršev	Število	Odstotki
Do 30 let	9	31 %
30–40 let	19	66 %
Nad 40 let	1	3 %
Skupaj	29	100 %



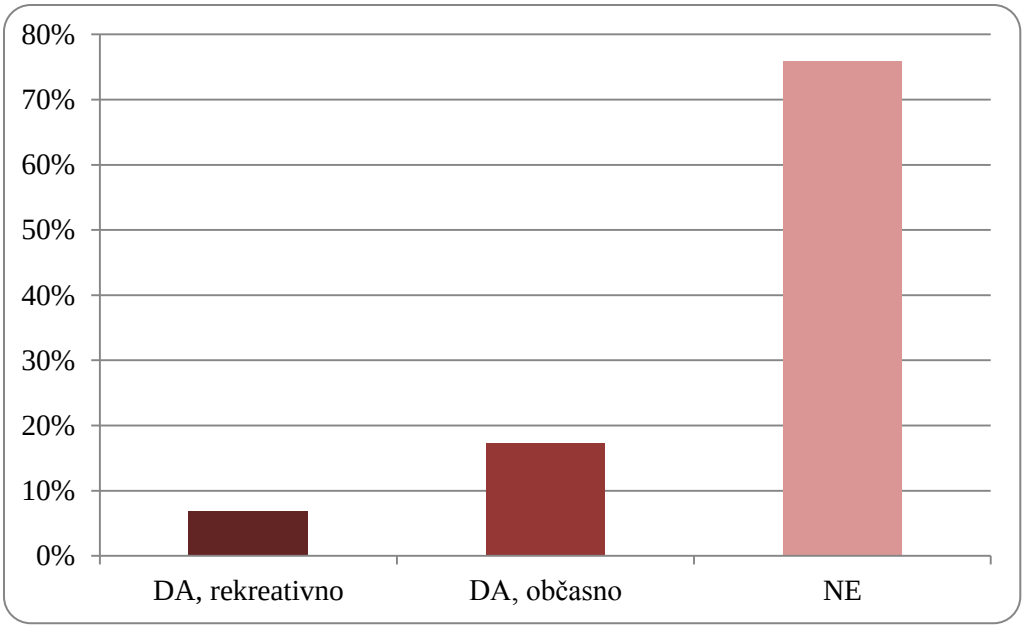
Slika 2: Starost staršev

Največ anketiranih staršev je bilo starih od 30 do 40 let (66 %), 31 % do 30 let in 3 % nad 40 let.



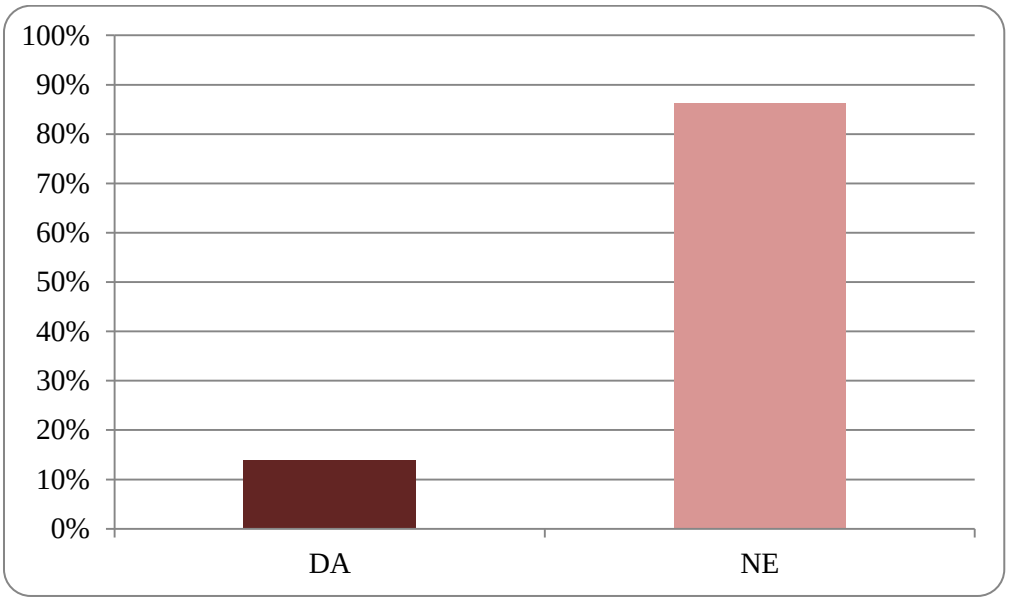
Slika 3: Priljubljene plesne zvrsti med starši

Iz Slike 3 je razvidno, da je staršem najljubša zvrst plesa hip-hop z 38 %, kar ni presenetljivo, glede na to, da v Rogaški Slatini prevladujejo plesne šole, ki učijo hip-hop. Zanimivo je, da je na drugem mestu balet s 17 %, ki ga v kraju in okolici ni zaslediti. V Rogaški Slatini nobena plesna šola ne poučuje baleta, prav tako pa ni primerne dvorane, kjer bi si lahko starši ogledali baletno predstavo. Predvidevam, da je za priljubljenost baleta med starši kriva znana oddaja Slovenija ima talent, ki jo veliko staršev spremlja skupaj z otroki, kjer je v komisiji baletna plesalka Ana Klašnja, ki se je nedavno na veliko pojavljala v medijih. Salsa je s 7 % komaj na predzadnjem mestu. Na zadnjem mestu je s 3 % izrazni ples, ki ga pa starši najverjetneje ne poznajo.



Slika 4: Predhodne plesne izkušnje staršev

Iz Slike 4 je razvidno, da večina (67 %) staršev nima predhodnih plesnih izkušenj. 7 % staršev se je s plesom ukvarjalo rekreativno in 17 % staršev le občasno. To je presenetljivo, saj ima družina pomemben vpliv na vključevanje otrok v šport, saj jih v predšolskem obdobju večinoma oni usmerjajo v šport. Pogosto pa se pojavlja, da otroci izberejo šport, s katerim so se ukvarjali tudi njihovi starši (Mavrič, 2012).



Slika 5: Sedanje ukvarjanje staršev s plesom

Iz Slike 5 je razvidno, da se danes s plesom ukvarjajo le še štirje (14 %) starši, medtem ko 25 (86 %) staršev ne sodeluje v plesnih dejavnostih.

Hipoteza 1 *(V plesne dejavnosti je vpisanih več otrok, katerih starši imajo predhodne in sedanje plesne izkušnje)* **je zavrnjena,** saj večina staršev, ki vpisuje otroke v plesne dejavnosti, nima predhodnih plesnih izkušenj, trenutno pa je število staršev, ki se ukvarjajo s plesom, še manjše (14 %). Iz tega lahko trdimo, da otroci ne obiskujejo plesnih dejavnosti

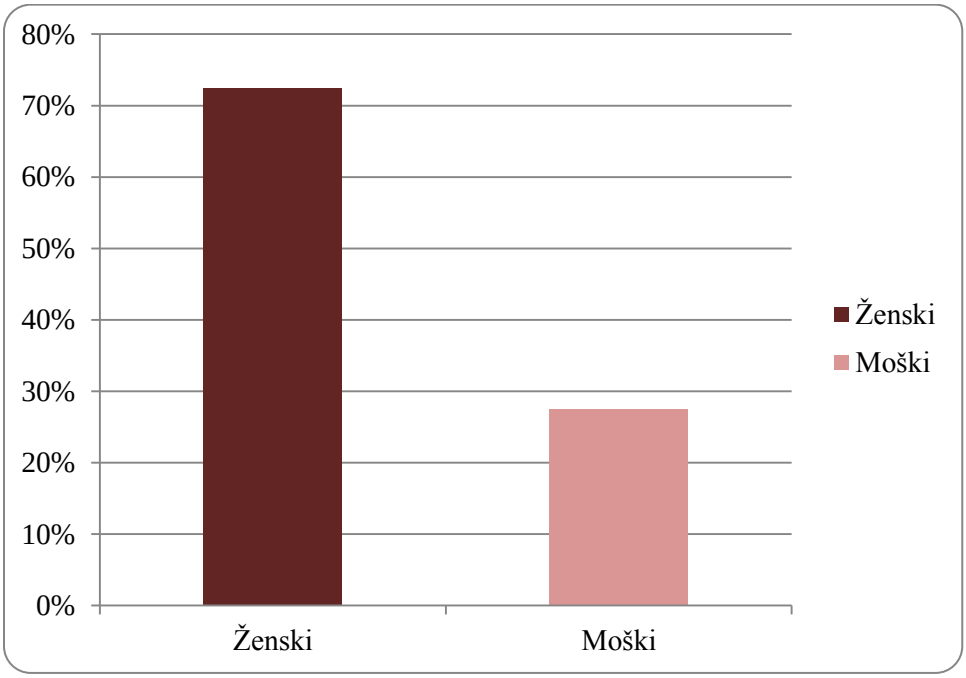
zaradi plesnih izkušenj staršev, temveč zaradi drugih dejavnikov, kot so popularnost plesa v Rogaški Slatini, gledanost plesa na TV ali pa zavedanje staršev o pomenu plesa na otrokov razvoj.
Kotnik (2013) je v raziskovalnem delu prišla do spoznanja, da se je kar 65 % anketiranih staršev ukvarjalo s plesnimi dejavnostmi, od tega je bilo 55 % žensk in 10 % moških.

4.2 Značilnosti vzorca – otroci

V drugem delu vprašalnika smo ugotavljali osnovne podatke otrok, kdo je pobudnik za vpis otroka v plesne dejavnosti, pogostost ukvarjanja s plesnimi dejavnostmi, razloge za vključevanje otrok v plesne dejavnosti, pripisovanje pomembnosti plesa in oceno otrokovega zadovoljstva ob plesu.

Tabela 3: Spol otrok

Spol	Število	Odstotki
Ženski	24	83 %
Moški	5	17 %
Skupaj	29	100 %

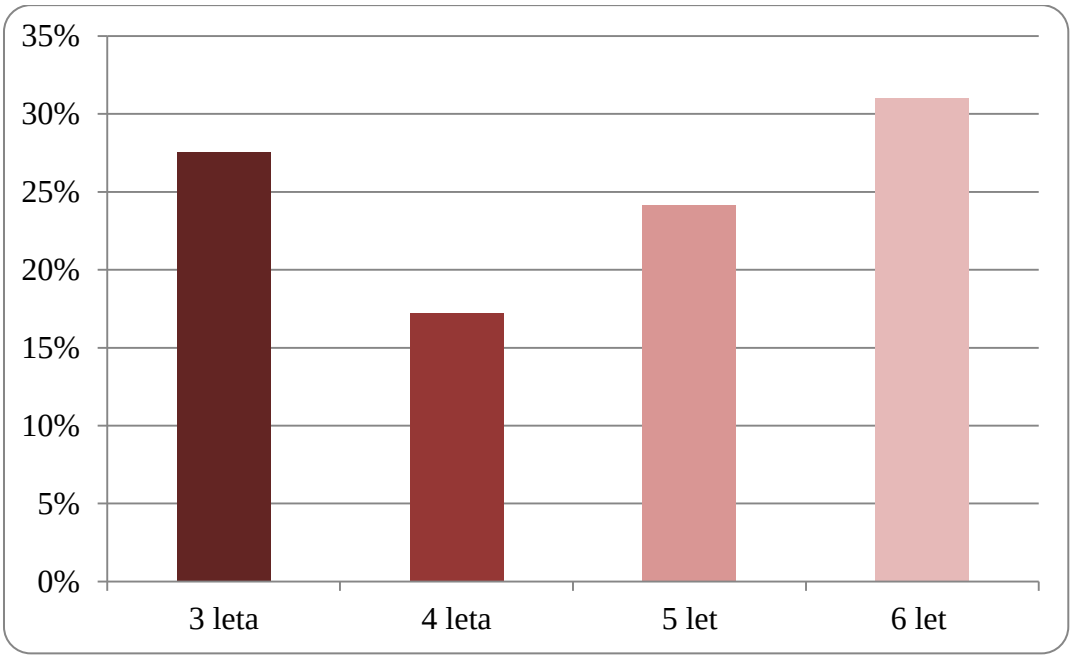


Slika 6: Spol otrok

Iz Tabele 3 in Slike 6 je razvidno, da plesne dejavnosti v Rogaški Slatini obiskuje 24 (83 %) deklic in le 5 (17 %) dečkov. Ta razlika med spoloma se kaže predvsem zato, ker otroci v predšolskem obdobju sledijo stereotipom. Deklice se ukvarjajo z dejavnostmi, s katerimi izražajo svojo nežnost, dečki pa z dejavnostmi, pri katerih izražajo moč. Medtem ko se deklice odločajo za ples dečki najbrž za druge gibalne dejavnosti.

Tabela 4: Starost otrok

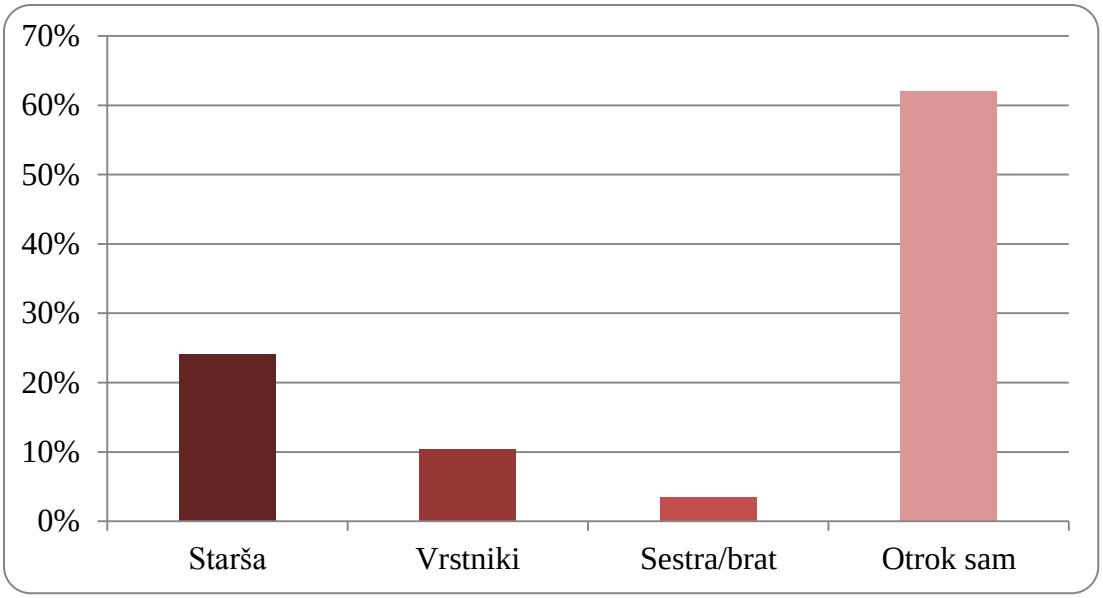
Starost	Število	Odstotki
3 leta	8	28 %
4 leta	5	17 %
5 let	7	24 %
6 let	9	31 %
Skupaj	29	100 %



Slika 7: Starost otrok

Iz Tabele 4 in Slike 7 je razvidno, da je v anketi sodelovalo 29 staršev, katerih otroci so stari od 3. do 6. leta. Devet (31 %) otrok je starih 6 let, sedem (24 %) 5 let, pet (17 %) 4 leta in osem (28 %) 3 leta. Starši v Rogaški Slatini vpisujejo otroke v plesne dejavnosti dokaj zgodaj v primerjavi z raziskavo Debenečeve. V Ljubljani, Gorenji vasi in na Sovodnju med anketiranci ni bilo mlajšega otroka od 4 let (Debenec, 2013).

Škof (2007) trdi, da so organizirane športne dejavnosti zelo koristne že za otroke v predšolskem obdobju. Pravi čas za vključitev otroka v organizirano športno dejavnost je trenutek, ko je otrok motivacijsko pripravljen oz. ko si sam želi, ne glede na leta.
Otroci prihajajo v šport čedalje bolj zgodaj in bolj množično. V primerjavi s stanjem pred 15 leti in več, ko je bil najbolj pogost začetek ukvarjanja s športom pri starosti med 10. in 13. letom. Podatki raziskav kažejo, da se v starosti od šestega do desetega leta v organizirane športne dejavnosti vključita približno dve tretjini športno dejavnih otrok. V nekaterih športnih pa že pri štirih, petih letih.

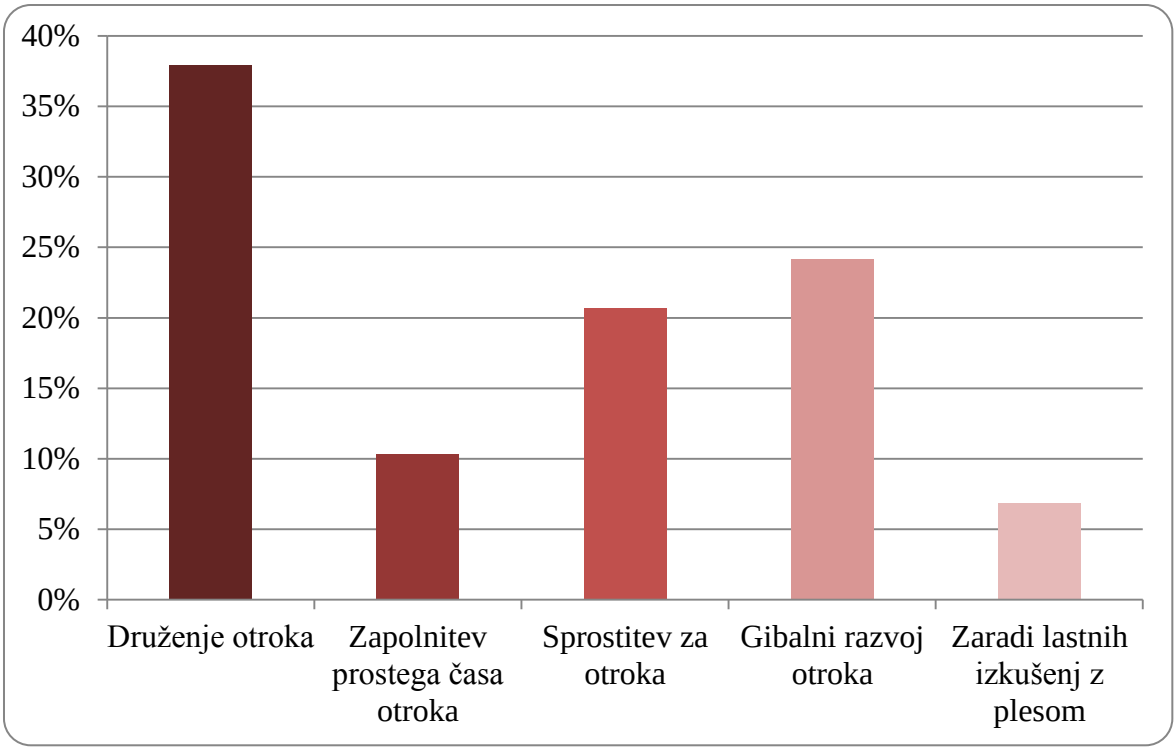


Slika 8: Pobudniki za vključitev otroka v plesne dejavnosti

Hipoteza 2 *(Pobudniki za vpis otroka v plesne dejavnosti so starši)* **je zavrnjena**, saj je s Slike 8 razvidno, da so v 62 % pobudniki za vpis v plesne dejavnosti otroci sami, na drugem mestu s 24 % so pobudniki starši, na tretjem vrstniki in na zadnjem sestre/bratje.

Podoben rezultat je v svojem raziskovalnem delu dobila Debenečeva (2013). 60,4 % anketirancev trdi, da so pobudniki za vpis v plesne dejavnosti otroci sami, pri 22,9 % pa so pobudniki starši. Tudi Kotnik (2013) je ugotovila, da je s 97,3 % najpomembnejši dejavnik za vpis otroka v plesne dejavnosti želja otroka.
Nasprotno pa je Tomc (2010) v svojem raziskovalnem delu prišla do spoznanja, da so v 71,4 % primerov pobudniki za vpis otroka v športno dejavnost starši.

Starši otroku ne smejo vsiljevati športa, s katerim so se ukvarjali sami, temveč mu morajo dati možnost, da se sam odloči, kateri šport mu je všeč, pri tem pa mu morajo svetovati, ga spodbujati in mu stati ob strani pri njegovih odločitvah (Škof, 2007).



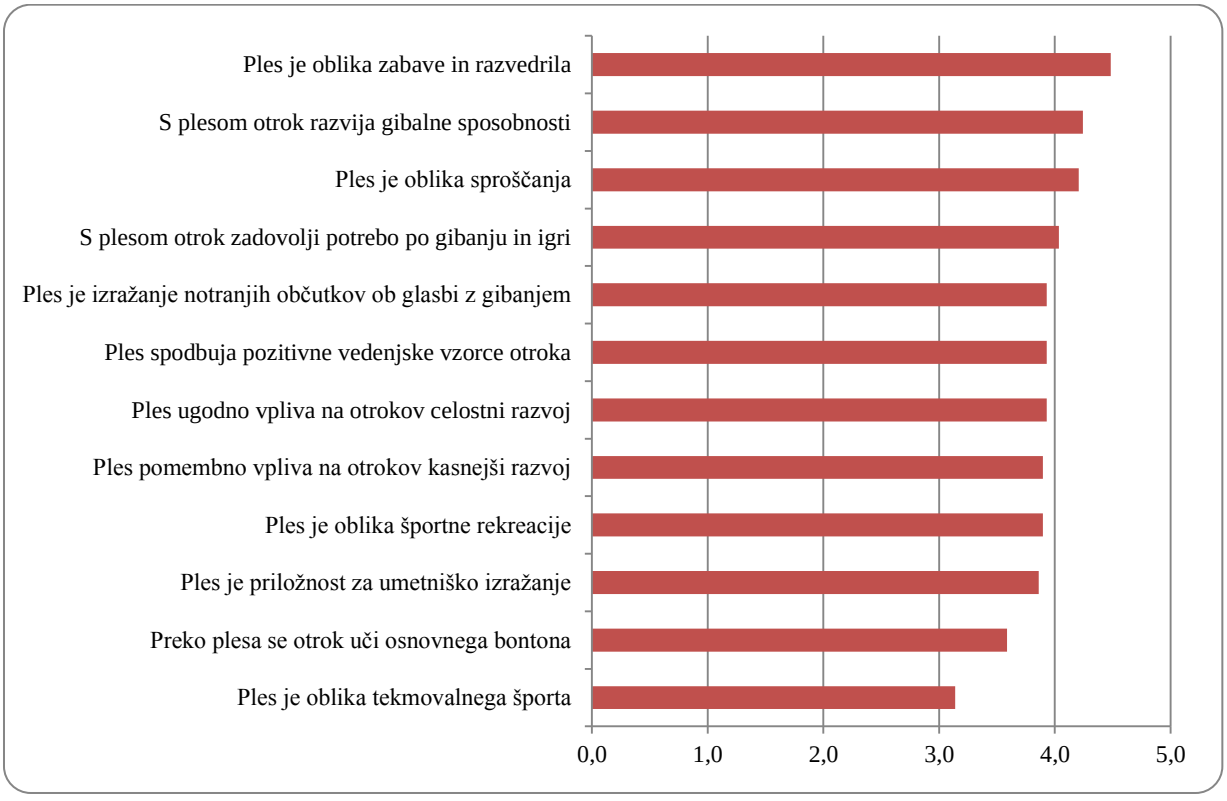
Slika 9: Razlogi za vključitev otroka v plesne dejavnosti

Hipoteza 3 *(Starši vpišejo otroke v plesne dejavnosti predvsem zaradi zapolnitve prostega časa otroka)* **je zavrnjena**. Večina staršev (38 %) vključuje otroke v plesne dejavnosti predvsem zaradi druženja otroka z vrstniki. 24 % staršev vpisuje otroka v plesne dejavnosti zaradi pomena gibalnega razvoja, 21 % zaradi sprostitve, 10 % zaradi zapolnitve prostega časa in zgolj 7 % zaradi lastnih izkušenj s plesom.

Kotnik (2013) je ugotovila, da 44 % staršev vpisuje otroke v plesne dejavnosti zaradi zabave, 14 % zaradi druženja, enak odstotek (24 %) pa se je pojavil pri gibanju oz. gibalnem razvoju.

Tabela 5: Vrednotenje trditev

Trditve	Povprečna ocena
Ples je oblika tekmovalnega športa	3,14
Preko plesa se otrok uči osnovnega bontona	3,59
Ples je priložnost za umetniško izražanje	3,86
Ples je oblika športne rekreacije	3,90
Ples pomembno vpliva na otrokov kasnejši razvoj	3,90
Ples ugodno vpliva na otrokov celostni razvoj	3,93
Ples spodbuja pozitivne vedenjske vzorce otroka	3,93
Ples je izražanje notranjih občutkov ob glasbi z gibanjem	3,93
S plesom otrok zadovolji potrebo po gibanju in igri	4,03
Ples je oblika sproščanja	4,21
S plesom otrok razvija gibalne sposobnosti	4,24
Ples je oblika zabave in razvedrila	4,48

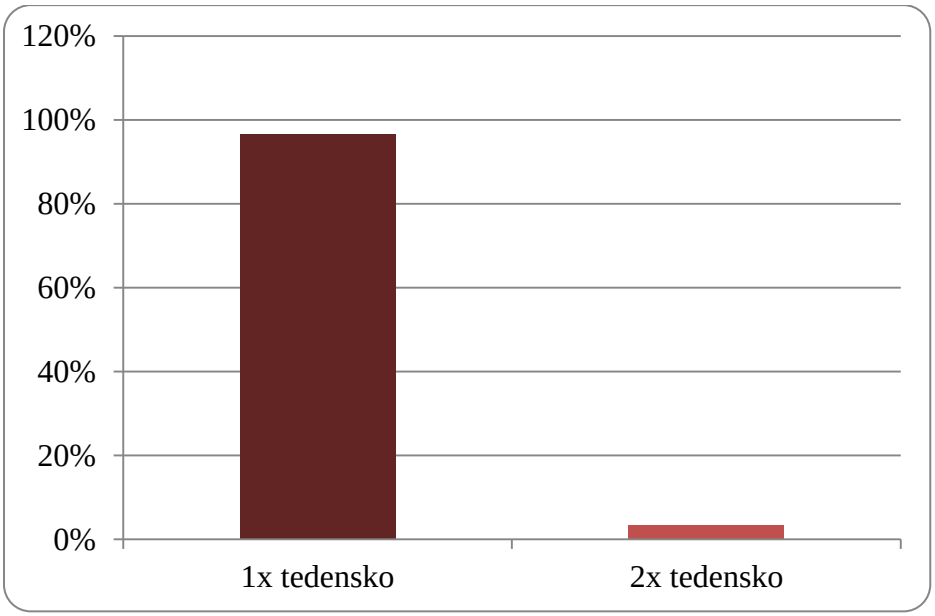


Slika 10: Vrednotenje trditev

Hipoteza 4 *(Starši pripisujejo večji pomen sprostitvi otroka ob plesnih dejavnostih, kot razvoju gibalnih sposobnostih s plesnimi dejavnostmi)* **je zavrnjena,** saj starši dajejo večji pomen razvoju gibalnih sposobnosti s povprečno oceno 4,24 kot sprostitvi otroka (4,21), oceni obeh pa sta zelo blizu. Otrok sprostitev dobi tudi na drugih področjih ne samo pri gibanju, gibalne sposobnosti pa razvija samo v okviru gibanja, zato starši najverjetneje pripisujejo večji pomen razvoju gibalnih sposobnosti. Z oceno 4,48 je staršem najpomembnejše razvedrilo in zabava, najmanjšega pomena pa z oceno 3,14 ples, kot oblika

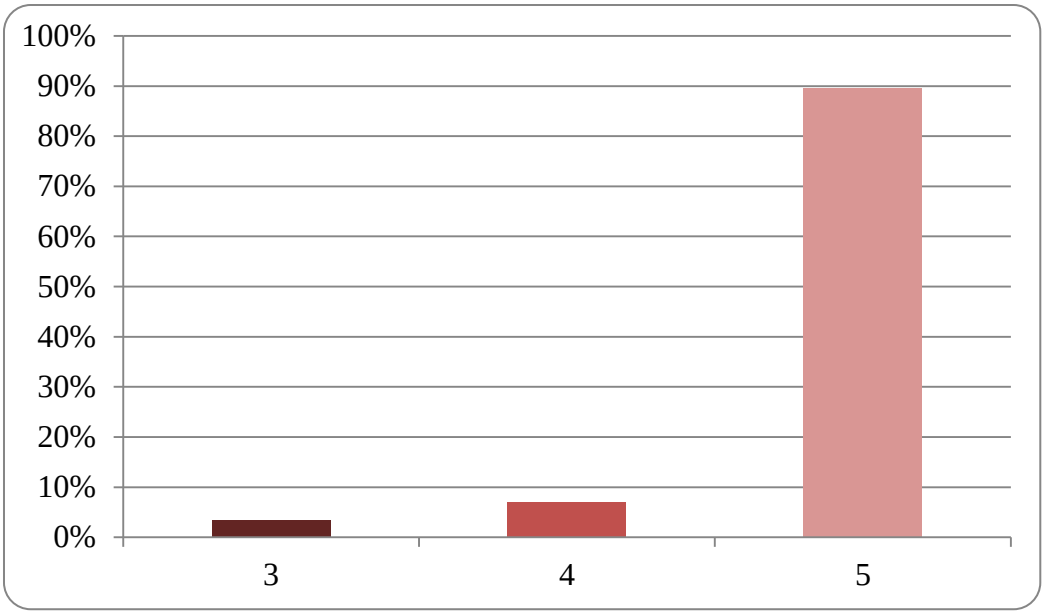
tekmovalnega športa. Iz Tabele 3 in Slike 10 lahko vidimo, da starši pripisujejo pomembnost večini trditev, saj nobena trditev ni pod oceno 3.

Pomembno je, da starši razumejo pomen plesa na gibalni, telesni, osebnostni, čustveni in socialni razvoj, da se zavedajo, da je ples oblika sprostitve, zabave in razvedrila, da ples dojamejo kot igro otroka, skozi katero se uči pozitivnih vedenjskih vzorcev in osnovnega bontona in sklepa prijateljske vezi, ter se zavedajo pečata, ki ga ples pusti otroku za vse življenje.



Slika 11: Pogostost obiskovanja plesnih dejavnosti

Hipoteza 5 *(Predšolski otroci v povprečju obiskujejo plesne dejavnosti največ 1x tedensko)* **je potrjena.** Iz Slike 11 je razvidno, da 28 (97 %) otrok obiskuje plesne dejavnosti le 1x tedensko, saj imajo plesne šole v Rogaški Slatini razpisan le en termin na teden za predšolske otroke.



Slika 6: Ocena otrokovega zadovoljstva ob plesu

Hipoteza 6 *(Večina staršev ocenjuje otrokovo zadovoljstvo s plesom z najvišjo oceno)* **je potrjena,** saj je kar 26 (90 %) staršev ocenilo otrokovo zadovoljstvo ob plesu z oceno 5, 2 (7 %) starša z oceno 4 in le eden (3 %) z oceno 3. Otrokovo zadovoljstvo ob plesu je razlog za vključevanje v plesne dejavnosti, zato so tudi ocene tako visoke.

Ob ritmičnem gibanju telesa se človek globlje zave svojega obstoja, s tem pa se v človeku pojavlja tako imenovano »biološko ugodje«. Ples prispeva k samozavedanju, občutju uspeha in zadovoljstva, saj omogoča oblikovanje ustrezne telesne slike in vliva samozadovoljstvo (Zagorc, 2006)

5 Sklep

Glavni namen raziskave je bil preko anketnih vprašalnikov ugotoviti razloge za vključevanje otrok v plesne dejavnosti v Rogaški Slatini, ali so morebitne predhodne ali sedanje plesne izkušnje staršev vplivale na njihovo odločitev za vpis otroka v plesne dejavnosti, kdo je pobudnik za vpis otroka v plesne dejavnosti, ugotoviti razloge, ki vplivajo na odločitev starša za vpis otroka v plesne dejavnosti, ali je staršem pomembnejši gibalni razvoj otrok ali sprostitev in zabava s plesno aktivnostjo, pogostost otrokovega ukvarjanja s plesnimi dejavnostmi in kako starši ocenjujejo otrokovo zadovoljstvo s plesom.

Z analizo anketnih vprašalnikov smo ugotovili, da so razlogi za vključevanje otrok v plesne dejavnosti različni. Večina staršev otroke vpisuje v plesne dejavnosti zaradi druženja otroka in najmanj staršev zaradi lastnih izkušenj s plesom, saj večina staršev nima predhodnih izkušenj s plesom, pobudniki za vključevanje v plesne dejavnosti pa so v veliki meri bili otroci sami.

Gibanje je najpomembnejše področje v otrokovem razvoju. Preko njega razvija gibalne, funkcionalne, spoznavne, socialne in čustvene sposobnosti. Poseben poudarek moramo dati gibanju v prvih letih otrokovega življenja, saj zaradi njihove fleksibilnosti lahko ukoreninimo gibalne izkušnje in navade, ki jim bodo služile celo življenje. Da to dosežemo, je treba otroka na pravilen način motivirati in izbrati primerne gibalne dejavnosti in mu tako omogočiti, da bo ob gibanju občutil veselje, ugodje, varnost ter pridobil občutek samozavesti, šport pa bo tako postal pomembna sestavina kakovosti življenja v vseh starostnih obdobjih.

Glavna naloga staršev je, da otroke seznanijo z različnimi športnimi zvrstmi in mu tako omogočijo, da sam izbere šport, ki mu je najbližje, saj bo tako najbolje izkoristil svoj potencial. Otroku morajo nuditi podporo in ga spodbujati ter upoštevati njegove potrebe in želje.

Večina otrok pokaže zanimanje za ples dokaj zgodaj. Že ob prvem stiku z glasbo otrok občuti novo izkušnjo, ki jo izrazi z gibanjem. To je najverjetneje razlog, da se otroci v veliki meri samostojno odločijo za udejstvovanje na plesnih dejavnostih.

Starši vsekakor razumejo pomen plesa za otrokov celostni razvoj. Ples vrednotijo kot obliko zabave in razvedrila, sproščanja, obliko športne rekreacije kot sredstvo za umetniško izražanje in izražanje notranjih občutkov. Prav tako pa so mnenja, da s plesom otrok zadovolji potrebe po gibanju in igri, razvija pozitivne vedenjske vzorce in se uči osnovnega bontona.

6 Literatura

Comma, (2012). Kdaj vključiti otroka v šport? Lifestyle natural. Pridobljeno 18. 1. 2013 iz http://www.lifestylenatural.com/3985/Kdaj-vkljuciti-otroka-v-sport.

Debenc, E. (2013). Analiza vključevanja predšolskih otrok v plesne dejavnosti. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Frfolja, S. (2015). Pozitivna motivacija s spodbujanjem gibalne dejavnosti otrok. V Gibanje in predšolski otrok (56–65). Ljubljana: MiB.

Kajtna, T. in Tušak, M. (2005). Psihologija športne rekreacije. Ljubljana: Fakulteta za šport. Inštitut za šport.

Kotnik, K. (2013). Ples v predšolskem obdobju. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Kovač Valdés, J. (2011). Plesna žgečkalnica: priročnik ustvarjalnega giba in sodobnega plesa za otroke z osnovami plesnih tehnik. Ljubljana: JSKD.

Kraner, T. (b. d.). *Šport, zdravje in razvoj otrok.* Otroška športna akademija. Pridobljeno iz http://www.sportna-akademija.si/sport-zdravje-razvoj-otrok.

Kroflič, B. in Gobec, D. (1982). Plesna vzgoja predšolskih otrok. Ljubljana: Zavod SR Slovenije za šolstvo.

Kurikulum za vrtce (2007). Ljubljana: MŠŠ, Urad Republike Slovenije za šolstvo.

Mavrič, P. (5. 5. 2012). *Kako izbrati šport za otroka in kdaj je čas za specializacijo.* Planet Siol.net. Pridobljeno iz
http://www.siol.net/sportal/rekreacija/novice/2012/05/o_vkljucevanju_otrok_v_sportno_dejavnost_z_doc_dr_tanjo_kajtna_univ_dipl_psih_4_del.aspx

Mavrič, P. (8. 5. 2012). *Vloga staršev pri vključevanju otrok v šport*. Planet Siol.net. Pridobljeno iz http://www.siol.net/sportal/rekreacija/novice/2012/05/vloga_in_napake_starsev_pri_vkljucevanju_otrok_v_sportno_dejavnost.aspx

Positive Effects of Dance on Children (2015). Wish upon a ballet. Pridobljeno iz http://wish-upon-a-ballet.com/childrens-dance-classes/positive-effects-of-dance-on-children/

Škof, B. (2010). Spravimo se v gibanje – za zdravje in srečo gre: Kako do boljše telesne zmogljivosti slovenske mladine?. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Škof, B. (2007). *Vključitev otroka v šport.* Salto. Pridobljeno iz http://salto.si/vkljucitev-otroka-v-sport/

Thomas, S. (18. 5. 2012). *How Dance Enhances Childhood Emotional, Physical and Cognitive Development.* DanceBrought2U. Pridobljeno iz http://www.dancebrought2u.com/blog/how-dance-enhances-childhood-development/

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

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

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

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

Vidmar, L. (2012). Šport ni samo rekreacija. Mama, 166 (1), 50–51.

Zagorc, M. (1997). Ples – ustvarjanje z gibom. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Zagorc, M. (2006). Ples – ustvarjanje z ritmom in gibom. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zagorc, M. (2001). Ples – Družabnost, šport, umetnost. Ljubljana: Domus.

Zagorc, M., Vihtelič, A., Kralj, N. in Jeram, N. (2013). Ples v vrtcu. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Škof, B. (2010). Spravimo se v gibanje – za zdravje in srečo gre: Kako do boljše telesne zmogljivosti slovenske mladine?. Ljubljana: Fakulteta za šport.

7 Priloge

Anketni vprašalnik

ANKETNI VPRAŠALNIK: Razlogi za vključevanje predšolskih otrok v Rogaški Slatini v plesne dejavnosti.

Spoštovani starši!

Moje ime je Tonja Mašera in sem študentka Športne vzgoje na Fakulteti za šport v Ljubljani. Pripravljam diplomsko nalogo pri predmetu Ples z delovnim naslovom »Razlogi za vključevanje predšolskih otrok v Rogaški Slatini v plesne dejavnosti«.
Naloga vsebuje tudi praktični del, ki ga lahko izvedem le z Vašo pomočjo. Na Vas se obračam s prošnjo, da si vzamete čas in odgovorite na spodaj zastavljena vprašanja.

Vprašalnik je anonimen, dobljene rezultate bom uporabila izključno za namene diplomske naloge.

Tonja Mašera

Pri vseh spodaj navedenih vprašanjih obkrožite samo en odgovor.

1. Vaš spol:
a) ženski
b) moški

2. Koliko ste stari?
a) do 30 let
b) 30–40 let
c) nad 40 let

5. Ali ste se sami kdaj ukvarjali s plesom?
a) da, tekmovalno (zvrst_____)
b) da, rekreativno (zvrst_____)
c) da, občasno
d) ne

6. Se še vedno ukvarjate s plesom?
a) da
b) ne

7. Koliko časa ste se ukvarjali s plesom?
a) nisem se
b) 0–2 leti
c) 2–5 let
d) več kot 5 let

8. Kako pomembne (od 1–ni pomembno do 5–je zelo pomembno) so za Vas naslednje trditve? (obkroži)

Ples je oblika zabave in razvedrila.	1	2	3	4	5
Ples je oblika športne rekreacije.	1	2	3	4	5
Ples je oblika tekmovalnega športa.	1	2	3	4	5
Ples je priložnost za umetniško izražanje.	1	2	3	4	5
Ples je izražanje notranjih občutkov ob glasbi z gibanjem.	1	2	3	4	5
Ples je oblika sproščanja.	1	2	3	4	5
S plesom otrok razvija gibalne sposobnosti.	1	2	3	4	5
Ples pomembno vpliva na otrokov kasnejši razvoj.	1	2	3	4	5
Ples ugodno vpliva na otrokov celostni razvoj.	1	2	3	4	5
Ples spodbuja pozitivne vedenjske vzorce otroka.	1	2	3	4	5
S plesom otrok zadovolji potrebo po gibanju in igri.	1	2	3	4	5
Preko plesa se otrok uči osnovnega bontona.	1	2	3	4	5

9. Katero plesno zvrst ste trenirali ali pa Vam je najbolj všeč?
a) izrazni ples
b) jazz balet
c) balet
d) sodobni ples
e) družabni ples (latinsko-ameriški ples, standardni ples)
f) hip-hop
g) rock`n`roll
h) swing
i) salsa
j) disco

3. Starost otroka:
a) 3 leta
b) 4 leta
c) 5 let
d) 6 let

4. Spol otroka:
a) ženski
b) moški

10. Kdo je dal pobudo za vpis otroka v plesne dejavnosti?
a) starša
b) vrstniki, prijatelji
c) sestra/brat
d) otrok sam
e) drugo: _____

11. Razlogi za vključevanje otrok v plesne dejavnosti?
a) druženje otroka
b) zapolnitev prostega časa otroka
c) sprostitev za otroka
d) gibalni razvoj otroka
e) zaradi lastnih izkušenj s plesom
f) tekmovalni vidik

12. Kako pogosto se otrok udeležuje plesnih dejavnosti?
a) 1x tedensko
b) 2x tedensko
c) 3x tedensko
d) 4x tedensko
e) 5x tedensko
f) 6x tedensko
g) vsak dan

13. Ocenite otrokovo zadovoljstvo ob plesu?
(1-sploh ne uživa, 5- zelo uživa)

Obkrožite ustrezno oceno: 1 2 3 4 5

Za Vaše iskrene odgovore ter za vložen trud in čas se Vam iskreno zahvaljujem in Vas lepo pozdravljam.