

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

Specialna športna vzgoja
Prilagojena športna vzgoja

**STALIŠČA STARŠEV DO
PROFESORJA ŠPORTNE VZGOJE
V PODALJŠANEM BIVANJU**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR

Izr. prof. dr. Damir Karpljuk

SOMENTORICA

Izr. prof. dr. Mateja Videmšek

RECENZENT

Izr. prof. dr. Matej Tušak

Avtor dela
ANŽE COF

Zahvala

Zahvaljujem se vsem, ki so mi pomagali, da je moje diplomsko delo dobilo svoj smisel in obliko.

Svojemu mentorju dr. Damirju Karpljuku se zahvaljujem za vzpodbude, strokovno pomoč pri izdelavi diplomskega dela. Zahvala gre tudi somentorici dr. Mateji Videmšek za pomoč pri napotkih za moje delo.

Najlepše se zahvaljujem svoji družini za vso podporo in optimizem, ki mi jo je vlivala ob zaključevanju mojega študija.

Ključne besede: Profesor športne vzgoje, oddelek podaljšanega bivanja, stališča, starši, športna aktivnost, gibalne sposobnosti, otroci.

Naslov diplomskega dela: STALIŠČA STARŠEV DO PROFESORJA ŠPORTNE VZGOJE
V PODALJŠANEM BIVANJU

Anže Cof

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2008

Smer študija, izbirni predmet: Zdravstvena vzgoja, prilagojena športna vzgoja

Število strani: 88

Število preglednic: 25

Število grafov: 20

Število virov: 36

IZVLEČEK

Podaljšano bivanje je oblika vzgojno-izobraževalnega procesa, ki ga šola organizira po pouku in je namenjeno učencem od 1. do 6. razreda 9-letne osnovne šole. Najbolj pogosto izvajajo vzgojno-izobraževalno delo v oddelkih podaljšanega bivanja učitelji razrednega pouka, po zakonu pa ga lahko izvajajo tudi učitelji predmetnega pouka; torej tudi učitelji športne vzgoje. Znanje profesorja športne vzgoje je lahko zelo koristno za popestritev podaljšanega bivanja, motorični razvoj otrok ter za sprostitev po večurni obremenitvi, tako psihični kot fizični.

V diplomskem delu smo zato želeli ugotoviti, kakšna so stališča staršev do profesorja športne vzgoje v podaljšanem bivanju.

V teoretičnem delu smo predstavili oddelek podaljšanega bivanja, gibalni razvoj mlajšega šolarja, program športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole in pomen športne vzgoje v tem obdobju.

V empiričnem delu pa smo predstavili raziskovalno nalogo, ki smo jo izvedli s pomočjo anketnega vprašalnika. Za merjenje stališč staršev do učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju smo uporabili lestvico Likertovega tipa (5–stopenjska lestvica stališč). Izjave staršev so tako lahko variirale od popolnega nesoglašanja do popolnega soglašanja s trditvami iz anketnega vprašalnika.

Rezultati anketnega vprašalnika so bili zelo vzpodbudni. Visok delež staršev se popolnoma oz. v glavnem strinja, da športno udejstvovanje v ranem otroštvu pozitivno vpliva na socializacijske procese, na motorični razvoj kot tudi na telesne značilnosti otroka.

Starši so zelo naklonjeni ideji, da bi otroke v podaljšanem bivanju animiral profesor športne vzgoje, saj po njihovem mnenju najbolje opazi gibalne in telesne značilnosti otrok, zaradi česar lahko tudi najbolj svetuje otroku in predvsem staršem, kako jih izboljšati.

ABSTRACT

Extended staying at school is a kind of the educational process organized by a school after regular classes for pupils from 1st to 6th grade of a 9-grade primary school. Most frequently this type of educational work in divisions of extended staying is entrusted to class teachers, but, according to law, it may also be entrusted to teachers of subjects, including teachers of sports education. The knowledge characteristic of teachers of sports education may be very beneficial to variegation of extended staying, development of children's motorics, and children's relaxation after several hours of psychic and physical burdens.

The diploma paper, therefore, aimed to establish parents' attitudes towards a teacher of sports education in the framework of extended staying.

In the theoretical part, a division of extended staying, development of motorics of a younger pupil, sports education program in the first and second three years, and the importance of sports education in this period are described.

In the empirical part, a research work, which was elaborated on the basis of a questionnaire, is presented. A Likert scale, i.e. 1-to-5 response scale, was used to rate attitudes of parents to teachers of sports education in extended staying. Ratings could vary between strong disagreement and strong agreement with the statements presented in the questionnaire.

The results obtained with the questionnaire are very encouraging. A large portion of the parents participating strongly agree or in general agree that sports activities in early childhood have a beneficial effect on processes of socialization, development of motorics and child's bodily characteristics.

Parents are strongly in favour that their children, during extended staying at school, should be animated by a teacher of sports education since they are of the opinion that he is best qualified to perceive children's motoric and bodily characteristics and can, consequently, give the best advice to a child and his/her parents how to improve them.

Kazalo:

1. UVOD	9
2. PREDMET IN PROBLEM	11
2.1 ODDELEK PODALJŠANEGA BIVANJA V OSNOVNI ŠOLI	12
2.1.1 Opredelitev podaljšanega bivanja	12
2.1.2 Naloge in cilji podaljšanega bivanja	13
2.1.3 Vloga učitelja v podaljšanem bivanju	14
2.1.4 Dejavnosti podaljšanega bivanja	15
2.1.4.1 Sprostitutvena dejavnost	16
2.1.4.2 Ustvarjalno preživljanje časa	17
2.1.4.3 Samostojno učenje	17
2.1.4.4 Prehrana	18
2.2 GIBALNI RAZVOJ MLAJŠEGA ŠOLARJA	19
2.2.1 Faze in stopnje gibalnega razvoja	19
2.2.1.1 Temeljna gibalna faza	21
2.2.1.2 Športna faza gibalnega razvoja	22
2.3 POMEN ŠPORTNE VZGOJE V PRVEM IN DRUGEM TRILETJU 9-LETNE OSNOVNE ŠOLE	23
2.3.1 Gibanje kot osnova za ves otrokov razvoj	23
2.3.2 Vpliv športa na nekatere telesne značilnosti otroka	24
2.3.3 Pomen igre – tudi šolski otrok se igra	26
2.3.3.1 Kaj je igra in kaj šport ter njuna medsebojna povezanost	28
2.3.3.2 Elementarne igre	28
2.3.3.3 Družabne igre in potegavščine	30
2.4 ŠPORTNA VZGOJA V PRVEM IN DRUGEM TRILETJU OSNOVNE ŠOLE	31
2.4.1 Program športne vzgoje v prvem triletju osnovne šole	31
2.4.2 Program športne vzgoje v drugem triletju osnovne šole	32
2.4.3 Splošni cilji športne vzgoje v prvem in drugem triletju	34
2.4.4 Operativni cilji športne vzgoje v prvem in drugem triletju	34
2.4.5 Splošna izhodišča, ki naj jih upošteva učitelj v prvem in drugem triletju	37

2.5 STALIŠČA	38
2.5.1 Opredelitev stališč	38
2.5.2 Značilnosti in funkcije stališč	38
2.5.3 Nastanek in oblikovanje stališč	40
2.5.4 Spreminjanje stališč	41
3. CILJI RAZISKOVANJA	43
4. METODE DELA	44
5. REZULTATI	46
6. RAZPRAVA	80
7. SKLEP	83
8. LITERATURA	85

1. UVOD

Zaradi velike obremenjenosti staršev, saj večina služb poteka vsaj do 15. ure, je zelo veliko osnovnošolskih otrok vključenih v podaljšano bivanje, ki ga organizira šola v okviru razširjenega programa.

Najbolj pogosto izvajajo vzgojno-izobraževalno delo v oddelkih podaljšanega bivanja učitelji razrednega pouka, po zakonu pa ga lahko izvajajo tudi učitelji predmetnega pouka; torej tudi učitelji športne vzgoje. V tem diplomskem delu bi radi podali nekaj argumentov, zakaj je znanje profesorja športne vzgoje lahko zelo koristno za popestritev podaljšanega bivanja, motorični razvoj otrok, za sprostitev po večurni obremenitvi (tako psihični kot fizični) ...

Tudi sam sem že opravljal delo učitelja v oddelku podaljšanega bivanja. Opazil sem veliko otrok, pri katerih so se že kazali znaki slabe drže, ki jo povzroča nepravilno nošenje šolske torbe in nepravilna drža pri sedenju. Zelo pomembno je, da se otroke že pri teh letih dosledno opozarja in pravilno ukrepa.

Otroku v podaljšanem bivanju je zelo pomembno pokazati, kako se aktivno in kvalitetno preživlja prosti čas. In šport je vsekakor primeren način. Ta leta (od 6. do 12. leta) so za otrokov razvoj in za osvajanje gibalnih navad zelo pomembna. Mislim, da so tri ure športne vzgoje na teden za te otroke iz zgoraj navedenega razloga premalo, torej je lahko profesor športne vzgoje z vsem svojim znanjem v podaljšanem bivanju zelo koristen. Tako imajo lahko učenci vsak dan vsaj eno uro vodeno športno aktivnost; če na dopoldanskem urniku ni športne vzgoje, to namreč še ne pomeni, da je otrokom res ne moremo nuditi.

Kot bodočemu profesorju športne vzgoje se mi zdi gibanje zelo pomembno za ves otrokov razvoj – tako psihični kot fizični. Zelo pomembno je, da otrok v tem zgodnjem otroštvu dobi čim več prilik, da bi se vsestransko gibal. Narava otroka je že sama po sebi taka, da ga sili k tekanju, skakanju, plezanju in drugemu elementarnemu gibanju, saj raziskuje svoje sposobnosti in okolico, v kateri se znajde. Opazil sem, da je pri teh letih že veliko odstopanja v motoričnih sposobnostih. Te razlike so sicer opazile tudi ostale učiteljice v podaljšanem bivanju (razredne učiteljice), ampak niso vedele, kako usmerjati te otroke – otroke s slabšimi motoričnimi sposobnostmi - kako

jih popravljati pri gibanju, voditi, usmerjati preko igre; otrokom z boljšimi motoričnimi sposobnostmi pa preko igre dati nove naloge, pri katerih utrujejo že naučene motorične naloge in spoznavajo nove ter tako preizkusijo nove izzive.

Kot učitelj v podaljšanem bivanju sem opazoval otroke, kako se gibljejo, v katerih motoričnih nalogah so opazna odstopanja in njihove telesne značilnosti. Tako sem lahko staršem pomagal pri izbiri primerne športne dejavnosti za njihovega otroka. Nekateri starši so svoje otroke že vpisali v razne športne programe in klube, kjer so izpopolnjevali svoje gibalne sposobnosti; drugi starši pa so mi v pogovoru omenili, da njihov otrok ne bo nikoli športnik, da ima raje glasbo in ustvarjanje. Tako mi je bilo v ponos, ko sem videl, da sem take starše spodbudil k razmišljanju, da je ukvarjanje s športom osnovna skrb za zdravje, za razvoj telesa, hkrati pa tudi miselnih funkcij in predvsem za razvoj samopodobe.

V športu poteka pomemben del procesa socializacije. Otrok se uči športno prenesti poraz in se kot zmagovalec veseliti in se hkrati ne postavljati pred drugimi. Dandanes se veliko govori o preobremenjenosti osnovnošolcev. Učenci so pri pouku nenehno izpostavljeni različnim pritiskom – strah jih je negativne ocene, strah jih je zaradi prevelikih zahtev in pričakovanj, strah jih je pred neuspehom, posmehovanjem, porazom. Če nam otroke skozi šport uspe naučiti optimizma, kljub neuspehu, jih naučiti vztrajanja z dvignjeno glavo, smo naredili veliko.

Zato vidim umestitev profesorja športne vzgoje v to zgodnejše obdobje otrok kot koristno rešitev, da bi otrokom privzgojili veselje do vsakodnevnega ukvarjanja s športom in jih rešili pred nevarnostjo tržne ponudbe in posedanja pred televizijo, računalnikom in igranjem video igrice v prostem času.

2. PREDMET IN PROBLEM

Glede na to, da so ta leta (od 6. do 12. leta) za otrokov razvoj in osvajanje gibalnih navad zelo pomembna, je potrebno motoričnemu razvoju otroka posvetiti več pozornosti.

Danes se veliko več pozornosti posveča posredovanju znanja iz slovenskega jezika, matematike ter spoznavanja narave in družbe oz. »glavnim« predmetom, kot smo slišali učiteljice razrednega pouka. Mislimo, da bi bila zelo dobra pot k rešitvi tega problema v tem, da bi se profesorje športne vzgoje umestilo v to vzgojno-izobraževalno obdobje in ena izmed rešitev je tudi profesor športne vzgoje v podaljšanem bivanju.

Zelo pomembno za otroke v prvem triletju je, da jih pri športni vzgoji in podobnih dejavnostih, ki lahko potekajo v okviru podaljšanega bivanja, usmerja učitelj športne vzgoje, saj le on opazi pomanjkljivosti, prekomerno telesno težo in druge razvojne posebnosti, ki se pojavljajo pri otrocih.

Zelo pomembno je, da mlajšim učencem ponudimo čim boljše možnosti za različne aktivnosti. Poiskati je potrebno najbolj ustrezne načine in oblike združevanja različno sposobnih otrok. Izhajati pa moramo iz dveh temeljnih izhodišč: kar najbolj razvijati športne potenciale vsakega učenca, hkrati pa tudi omogočiti razvoj športno nadarjenih učencev. Vsem tistim otrokom, ki kažejo posebne sposobnosti in interese, je potrebno predlagati ustrezne izbirne programe oz. interesne dejavnosti v šoli in zunaj nje (društva, klubi). V teh programih in dejavnostih se lahko nakazuje tudi specialna usmerjenost, ki je pri nekaterih učencih že izrazita.

V šolah se srečujemo z raznovrstnimi predmeti, med katerimi je tudi predmet športna vzgoja. Stališča in mnenja o športni vzgoji se zelo razlikujejo. Zanima nas predvsem, kako na ta predmet gledajo starši, ki imajo vsaj enega otroka v podaljšanem bivanju. S pomočjo vprašalnika smo ugotavljali različna stališča do te tematike, od tega, kako se jim zdi predmet športne vzgoje pomemben za celotni razvoj otroka, za življenje,

kakšna so njihova stališča o tem, da bi z njihovimi otroki v podaljšanem bivanju delal tudi profesor športne vzgoje.

2.1 ODDELEK PODALJŠANEGA BIVANJA V OSNOVNI ŠOLI

2.1.1 OPREDELITEV PODALJŠANEGA BIVANJA

Podaljšano bivanje je oblika vzgojno-izobraževalnega procesa, ki ga šola organizira po pouku, in je namenjeno učencem od 1. do 6. razreda 9-letne osnovne šole. Vanj se učenci vključujejo prostovoljno s prijavo staršev v okviru pravil, ki jih določi šola (Kos Knez, 2002).

Podaljšano bivanje se je v Sloveniji prvič pojavilo že leta 1964. Takrat je Pedagoški inštitut Univerze v Ljubljani začel spremljati razvoj oddelkov podaljšanega bivanja v Sloveniji. Raziskave so pokazale, da so začeli podaljšano bivanje uvajati v osnovne šole tako na podeželju kot tudi v mestih. Uvajanje oddelkov podaljšanega bivanja v osnovno šolo je bila predvsem želja staršev, ki so bili vedno bolj zaposleni s službenimi obveznostmi, posledično pa je začela slabeti varstvena in vzgojna moč družine (Novak, 1974).

Podaljšano bivanje poteka pod vodstvom strokovno usposobljenih učiteljev. V šoli z oddelkom podaljšanega bivanja je pouk strnjen v dopoldanski čas, popoldan pa se izvajajo različne dejavnosti, kot so samostojno učenje, prosti čas in različne oblike rekreacije. Prav tako je značilno, da v šolah s podaljšanim bivanjem pouk vodi en učitelj, ki ga ob določeni uri zamenja učitelj podaljšanega bivanja. Za dobro organizacijo in doseganje vzgojno-izobraževalnih ciljev pa je pomembno, da se učitelji med seboj dogovarjajo in usklajujejo svoje delo. Seveda pa je ob tem potrebno upoštevati razvojno stopnjo in psihofizične zmogljivosti otrok, temu pa prilagoditi urnik ter stopnjo zahtevnosti dela (Metelko, 1986).

Tudi Knezova (2002) opozarja, da podaljšanega bivanja ne smemo razumeti kot nadaljevanje pouka po pouku ali ga celo ločiti od pouka. Pouk in podaljšano bivanje

je potrebno obravnavati kot celoto ter začititi njuno medsebojno povezanost in odvisnost.

2.1.2 NALOGE IN CILJI PODALJŠANEGA BIVANJA

Bistvene naloge podaljšanega bivanja so vzgojno-izobraževalne, socialne in sprostitveno-rekreacijske narave. Tako šola s podaljšanim bivanjem prevzema naslednje naloge (Metelko, 1986):

1. V času podaljšanega bivanja otrokom nadomešča skrb za njihove življenjske potrebe, s tem da jim nudi varstvo v higiensko primerno urejenih bivalnih prostorih ter zagotavlja zdravo prehrano. Omogoča jim doživljanje občutka varnosti, spoštovanja in čustvene topline. S tem pa tudi starše v tem času razbremenjuje skrbi za otrokovo fizično in socialno varnost, čeprav ne more prevzemati njihove vloge.
2. Zagotavlja pogoje za učinkovitejše izvajanje vzgojno-izobraževalnega procesa pri pouku in drugih dejavnosti s tem, da učenci redno, samostojno in pod pedagoškim vodstvom opravijo šolske obveznosti, si dodatno širijo splošno izobrazbo na različnih področjih ter pridobivajo nove spretnosti in navade.
3. Učencem pomaga pri socializaciji tako, da organizira skupine učencev, jih aktivira ob delu in igrah ter jim omogoča doživljanje socialnih potreb, odnosnih izkušenj s sošolci in spoznavanje svojega mesta v skupini. Potrebno skrb pa namenja tistim otrokom, ki so čustveno prizadeti in se s težavo vključujejo v skupino.
4. S strokovnim delom razvija in bogati učenčevo osebnost tako, da razvija moralne, estetske, socialne in druge družbene vrednote ter oblikuje delovne, higienske, socialne in kulturne navade. Te vzgojne smotre uresničuje s spodbujanjem učenčeve ustvarjalnosti, aktivnosti, kritičnosti in delovne vneme.

5. Učencem omogoča zdravo in kulturno preživljanje prostega časa tako, da organizira raznovrstne interesne športne aktivnosti in zaposlitve zabavno-igralnega, kulturno-umetniškega in delovno-tehničnega značaja. Učenci se tako telesno in duševno sprostijo, čustveno razživijo, bogatijo duhovno obzorje ter zadovoljujejo in razvijajo različne osebne interese.

2.1.3 VLOGA UČITELJA V PODALJŠANEM BIVANJU

Učitelj v podaljšanem bivanju opravlja zelo pomembne vzgojne-izobraževalne naloge, ki so povezane z usmerjanjem in oblikovanjem aktivnosti. Učencem mora znati svetovati, jih seznanjati z njihovimi pravicami in jim pomagati pri razumevanju in izpolnjevanju njihovih obveznosti. Pomembno je, da učitelj v skupini zna ustvarjati sproščeno ozračje in delovno disciplino. S tem ko učitelj navduši učence za delo, ustvari pozitivno vzdušje, kar poveča učinke dela učencev. Pri učencih mora na nevsiljiv način razvijati človeške vrednote, pristne odnose in samospoštovanje.

Čas v podaljšanem bivanju je prav tako zelo primeren za odkrivanje pozitivnih vrednot pri učencih samih. Učitelj lahko z učenci spregovori o sočutju, pogumu, zaupanju, poštenosti, strpnosti do drugačnih. Zaradi narave dela v razredu se učitelj, ki poučuje v razredu, namreč ne more posameznemu učencu posvetiti toliko časa in na tak način, kot to lahko stori učitelj v podaljšanem bivanju (Kos Knez, 2002).

Odločilno pa učitelj vpliva tudi na počutje učencev. Eden najpomembnejših dejavnikov je namreč ravno njegova osebnost. Z vedrim razpoloženjem, motiviranostjo, skrbjo za prijetno ozračje v skupini, spoštljivim odnosom do učencev, s stalnim spodbujanjem učitelj pri učencih vzbudi čustvo spoštovanja in občudovanja. Učitelji, ki jim uspe vzpostaviti omenjena čustva, ponavadi nimajo težav pri postavljanju meja, ki so potrebne za želeni red v oddelku in varnost učencev. Še posebej je lik učitelja pomemben v nižjih razredih, t.j. v prvem in drugem razredu, kjer si učenci še posebej želijo nenehnega stika z njim (Kos Knez, 2002).

38. člen Zakona o osnovni šoli določa, da vzgojno-izobraževalno delo v oddelkih podaljšanega bivanja izvajajo:

- učitelji razrednega pouka,
- učitelji predmetnega pouka,
- vzgojitelji predšolskih otrok,
- defektologi,
- pedagogi,
- psihologi,
- socialni pedagogi.

Po zakonu smo torej profesorji športne vzgoje enakovredni izvajalci podaljšanega bivanja kot razredni učitelji, pa čeprav so po navadi prav razredni učitelji v oddelkih podaljšanega bivanja. Mislimo tudi, da bomo v tem diplomskem delu upravičili, zakaj je profesor športne vzgoje primeren za izvajanje vzgojno-izobraževalnega dela v podaljšanem bivanju.

2.1.4 DEJAVNOSTI PODALJŠANEGA BIVANJA

Vzgojno-izobraževalno delo poteka v podaljšanem bivanju pod strokovnim vodstvom učitelja in vsebuje naslednje dejavnosti (Kos Knez, 2002):

- sprostitvena dejavnost,
- ustvarjalno preživljanje časa,
- samostojno učenje,
- prehrana.

Te sestavine se med seboj prepletajo in dopolnjujejo s cilji vzgojno-izobraževalnega dela pouka, hkrati pa tvorijo skladno organiziran dnevni program, ki mora biti pester po vsebini, privlačen za učence, prilagojen starosti učencev in okolju, v katerem živijo. Sestavine pouka in podaljšanega bivanja morajo biti sestavljene tako, da obremenitev učencev ne presega sedmih ur dnevno (Metelko, 1986).

2.1.4.1 Sprostitutvena dejavnost

Sprostitutvena dejavnost je pomemben in nepogrešljiv element dnevnega življenja učencev v šoli. Namenjena je počitku, sprostitvi in obnavljanju tako fizične kot psihične moči učencev. Priporočljivo je, da sprostitutvena dejavnost poteka takoj po kosilu, saj je takrat psihična in fizična sposobnost učencev najmanjša. Tako se lahko učenec spočije in si nabere novih moči za nadaljnje delo (Kos Knez, 2002).

Sprostitutvene dejavnosti imajo rekreacijsko in socializacijsko vlogo. Dejavnosti, ki se odvijajo v tem času, niso ciljno usmerjene. Učenci v tem času zadovoljujejo osnovne potrebe, kot so potreba po gibanju, igri, počitku in druženju z vrstniki. Svobodno izbirajo aktivnost, se svobodno družijo z vrstniki in niso neposredno vodeni. Dejavnosti niso vodene, temveč učitelj učence le usmerja, jih spodbuja in jim svetuje, hkrati pa ima stalen pregled nad učenci (Kos Knez, 2002).

Priporočljivo je, da so učenci v času sprostitutvene dejavnosti čim več časa na prostem. Prav tako je pomembna tudi pestra ponudba. Primerni so krajši sprehodi, kombinirani z najrazličnejšimi športnimi, družabnimi in razvedrilnimi igrami. Prav tako so primerne tudi najrazličnejše rajalne igre, poslušanje, branje, pogovori (Kos Knez, 2002) ...

Knezova (2002) poudarja, naj v tem času poskrbimo, da bodo učenci imeli na voljo dovolj gibanja, saj sta potreba po gibanju in igri pri mlajših učencih njihovi primarni potrebi. Učenci si z gibanjem sočasno razvijajo tudi intelektualne sposobnosti. Prav tako imata igra in gibanje pomembno vlogo pri socialnem in emocionalnem razvoju. Posebno pozornost pa je potrebno nameniti motorično manj spretnim učencem, saj je še posebej slednje potrebno dodatno spodbujati.

Res je, da naj v tem času učenci ne bi bili vodeni. Vseeno pa bi jim kot profesor športne vzgoje lahko pokazal najrazličnejše igre, s katerimi se učenci sprostijo po napornem dopoldanskem delu. Tako bi učencem privzgojil, kako je možno aktivno in hkrati tudi koristno preživeti prosti čas; zavedali bi se, da je pomembno po delu počivati. Preko igre bi spoznali veliko oblik aktivnega počitka v naravi (Kos Knez, 2002).

2.1.4.2 Ustvarjalno preživljanje časa

Pri ustvarjalnem preživljanju časa je poudarek na zadovoljevanju in razvijanju interesov pri učencih. Aktivnosti so načrtovane, ciljno usmerjene in organizirane, učenci pa se vanje vključujejo po svojih sposobnostih, interesih ter željah. Aktivnosti naj potekajo v okviru vsebin, ki jih izbirajo učenci. Učitelj pa jim lahko pomaga izbirati in soorganizirati aktivnosti glede na interese (Kos Knez, 2002).

Pomembno je, da učenci ne samo razumejo, ampak tudi doživijo pomen aktivno preživetega prostega časa, ki je potreben za njihovo dobro počutje in osebni razvoj. Knezova (2002) predlaga, da si učenci ob različnih dejavnostih enakomerno razvijajo ustvarjalnost na kulturnem, umetniškem, športnem, delovno-tehničnem, raziskovalnem, ekološkem in drugih področjih. To je čas za najrazličnejše likovno-oblikovalne dejavnosti, dramske dejavnosti, plesne dejavnosti, glasbene dejavnosti itd. (Kos Knez, 2002).

Učenci se v tem času vključujejo tudi v različne interesne dejavnosti, ki jih ponuja šola in jih vodijo notranji ali zunanji sodelavci šole (Kos Knez, 2002).

2.1.4.3 Samostojno učenje

Pri samostojnem učenju se učenci ob opravljanju različnih aktivnosti navajajo na samostojnost pri delu. Znanje, ki so ga pridobili pri pouku, dodatno utrdijo, razširijo, poglobijo ali uporabijo v novih situacijah. V okviru te dejavnosti opravijo svoje učne obveznosti. Glede na bioritem učencev je smiselno samostojno učenje načrtovati najmanj eno uro po kosilu, ko so učenci spočiti in pripravljeni za delo (Kos Knez, 2002).

V času samostojnega učenja so učenci nosilci vzgojno-izobraževalnega procesa, učiteljeva naloga pa je, da jih motivira za delo, usmerja njihovo delo, svetuje ter pomaga pri reševanju problemov oz. nalog. Učence je potrebno navaditi na samostojnost ter poskrbeti za razvijanje učnih navad ob upoštevanju njihovih osebnostnih lastnosti. Pomembno je tudi, da učitelj učence postopno navaja na

različne oblike učenja kot npr. individualno, v dvojicah, skupinsko učenje (Kos Knez, 2002).

Učenci se v tem času skozi izkušnje učijo, kakšen učni tip so, učijo se oblikovati lastne učne metode, načrtovati svoje delo, pri delu uporabljati različne vire, nuditi učno pomoč ali jo poiskati, razvijajo svoje sposobnosti za delo v skupini (Kos Knez, 2002) ...

2.1.4.4 Prehrana

Kosilo je dejavnost, ki je v podaljšanem bivanju ne smemo zanemarjati. V tem času se učenci pripravijo na kosilo. Predvsem v nižjih razredih je potrebno nameniti pripravi na kosilo in kosilu samemu več časa, da učenci usvojijo nekatera temeljna pravila prehranjevanja - primerno vedenje pri jedi, pravilna uporaba pravega pribora, higiena rok pred jedjo in po njej, zdrava prehrana ipd. (Kos Knez, 2002).

Samo hranjenje je potrebno organizirati tako, da poteka čim bolj umirjeno, brez nepotrebnega čakanja, hitenja ter pripravljanja. Med samim hranjenjem naj učenci ne hitijo, prav tako jih ni primerno siliti s hrano, ki je ne marajo. Potrebno pa je biti pozoren tudi na posebne navade v družini, razne diete in podobno. Tudi prehod od kosila k počitku mora biti postopen, brez pretirane naglice in hitenja s pospravljanjem (Kos Knez, 2002).

2.2 GIBALNI RAZVOJ MLAJŠEGA ŠOLARJA

Vstop v šolo predstavlja poseben poseg v otrokovo življenje. Način dela v šoli, večurno sedenje, mnogokrat utesnenost v premajhnih prostorih, premalo časa, namenjenega gibanju in sprostitvi predstavljajo vrsto omejitev za njihov gibalni razvoj. Posledica te velike spremembe v načinu življenja otrok je nakopičena energija, ki jo težko potrošijo, zato jim je treba za njihov celostni razvoj zagotoviti zadostno število čim bolj pestrih gibalnih spodbud. To obdobje je namreč najprimernejše za razvoj sposobnosti, kjer prevladuje informativna komponenta gibanja (Kovač in Novak, 1998).

Med šestim in desetim letom življenja se telesna rast upočasni in intenzivneje rastejo mišice, stopnja razvitosti koordinacije gibanja pa predstavlja idealen čas za začetek splošne športne vadbe oziroma za intenzivno vadbo tehnično zahtevnejših športov (Kovač, Strel, Jurak, in Starc, 2004b).

Izjemna sposobnost za razvoj koordinacije in ravnotežja, sposobnost sprejemanja skupinskih navodil in skupnega sodelovanja predstavljajo ustrezne pogoje za športno vadbo, ki prek igre vodi otroke do spoznavanja osnov posameznih športov. Zaradi hitrega razvoja velikih možganov in procesov mielinizacije korteksa je to najprimernejši čas za učenje športnih programov, pri katerih prevladujejo kompleksnejši gibalni vzorci (gimnastika, plavanje, igre z žogo, smučanje). Z vadbo športnih dejavnosti, ki zahtevajo skladnost gibanja in razvijajo koordinacijo in ravnotežje, razvijamo tudi otrokove intelektualne sposobnosti (Vauhnik, 1984, v Kovač in Novak, 1998).

2.2.1 FAZE IN STOPNJE GIBALNEGA RAZVOJA

Športna (gibalna) vzgoja in šport najbolj vplivata na razvijanje otrokovih gibalnih sposobnosti, gibalnih spretnosti in čustveno-socialni razvoj, manj pa na spoznavni razvoj (Dežman, 1998).

Gallahue (1982, v Tancig, 1987) trdi, da posamezna razvojna in starostna obdobja ustrezajo naslednjim stopnjam gibalnega razvoja:

Tabela1: Faze in stopnje gibalnega razvoja

Okvirno starostno razvojno obdobje	Faze gibalnega razvoja	Stopnje gibalnega razvoja
↑ ↑↑↑		
<ul style="list-style-type: none"> • 14 in več let • 11–13 let • 7–10 let 	ŠPORTNA GIBALNA FAZA	<ul style="list-style-type: none"> • specializirana • specifična • splošna
<ul style="list-style-type: none"> • 6–7 let • 4–5 let • 2–3 leta 	TEMELJNA GIBALNA FAZA	<ul style="list-style-type: none"> • zrela • osnovna • začetna
<ul style="list-style-type: none"> • 1–2 leti • od rojstva do enega leta 	NEIZOBLIKOVANA GIBALNA FAZA	<ul style="list-style-type: none"> • predkontrolna • inhibicija refleksov
<ul style="list-style-type: none"> • od 4 mesecev do enega leta • prenatalna do 4 mesece 	REFLEKSNA GIBALNA FAZA	<ul style="list-style-type: none"> • obravnavanja informacij • zbiranja informacij

2.2.1.1 Temeljna gibalna faza

V okviru podaljšanega bivanja sta pomembni predvsem temeljna in športna gibalna faza gibalnega razvoja, ki zajemata otroke, stare od 6 do 11 let.

Dežman (1998) jih opisuje takole:

Temeljna gibalna faza gibalnega razvoja nastopi takrat, ko se otroci začnejo dejavno vključevati v preverjanje in preizkušanje svojih gibalnih zmožnosti. Odkrivajo, kako se izvajajo razna lokomotorna, stabilnostna in manipulativna gibanja. To store najprej izolirano, nato pa v različnih kombinacijah.

V začetku te faze usvojijo in razvijejo temeljna lokomotorna gibanja (npr. hojo, tek, skoke, preskoke, mete, plezanje), manipulativne dejavnosti (npr. lovljenja, podajanja, vodenja žoge) in stabilnostna gibanja (npr. tek-skok, tek-met, lovljenje-met, lovljenje-podaja, lovljenje-vodenje, vodenje-met).

Temeljna gibalna faza je razdeljena na tri stopnje:

- začetno,
- osnovno,
- zrelo.

Za zrelo stopnjo so značilni večja učinkovitost, usklajenost in nadzor pri izvajanju različnih gibalnih dejavnosti. Na tej stopnji so običajno otroci stari od 6 do 7 let.

Največ otrok doseže zrelo stopnjo gibalnega razvoja z zorenjem in manjšim vplivom okolja. Kljub temu je dobro, da je okolje spodbujajoče za vadbo, ker tako laže in hitreje dosežejo zrelo stopnjo. Če otroci le-te ne dosežejo, to zaustavi gibalni razvoj v naslednji fazi.

Na koncu te stopnje otroci obvladajo osnovna gibanja in enostavne kombinacije športne motorike. Dobro imajo razvito gibljivost in aerobno vzdržljivost. Hitrost še ni dobro razvita. Moč in koordinacija imata razmeroma nizko raven verjetno zato, ker se otroci te starosti premalo ukvarjajo z dejavnostmi, ki bi jim to razvile.

Značilno za otroke te starosti je tudi, da se izredno radi gibljejo. Njihova koncentracija je kratkotrajna in spremenljiva, nerazvito imajo vztrajnost in slabo razvite navade učenja, zato je pri njih omejena sposobnost učenja gibanja. Vsebina vadbe mora biti zato enostavna, pestra in zanimiva. Zaradi boljše ponazoritve je učinkovitejše delo z manjšimi skupinami.

2.2.1.2 Športna faza gibalnega razvoja

V tem obdobju se temeljna lokomotorna, stabilnostna in manipulativna gibanja vedno bolj izpopolnjujejo, prečistijo in kombinirajo v zahtevnejše oblike gibanja, ki so značilne za posamezne športne dejavnosti. Gibanje postane sredstvo, ki ga uporabljamo v različnih športnih zvrsteh.

Tudi ta faza je razdeljena na tri stopnje:

- splošno,
- specifično,
- specializirano.

Splošna stopnja sovpada s starostjo otrok od 7 do 10 let. V splošni stopnji gibalnega razvoja začno otroci uporabljati in kombinirati temeljna gibanja, ki sestavljajo različne športne dejavnosti. V gibanjih lahko opazimo večjo natančnost in učinkovitejše uravnavanje. Otroci so zelo dejavni v odkrivanju in kombiniranju številnih gibalnih vzorcev in spretnosti.

Zelo hiter in opazen je napredek v razvoju gibalnih sposobnosti. Hitrost, aerobna vzdržljivost in koordinacija dosežejo pomembne vrednosti, medtem ko se raven gibljivosti znižuje. Zaradi bolj razvitih gibalnih sposobnosti se otroci spontano in navdušeno vključujejo v več različnih športnih dejavnosti.

Otroci posamezne oblike gibanja izpopolnjujejo, mnoge nove pa usvajajo. Če jim okolje to omogoča, je običajno to predvsem spontano (npr. smučanje, plavanje, vožnja s kolesom, igre z žogo).

To obdobje je najprimernejše za usvajanje različnih gibalnih vzorcev in spretnosti, zato jim morajo športni pedagogi in starši to omogočiti. Raznolikost gibalnih izkušenj povečuje otrokovo gibalno zmogljivost.

Omejevanje in zoževanje otrokovega gibanja v tej fazi imata lahko negativen učinek na naslednji stopnji gibalnega razvoja.

Otroci kažejo izredno močan interes za šport. Radi imajo skupinske igre, želijo tekmovati, zmagovati, reševati in izvajati nove naloge.

2.3 POMEN ŠPORTNE VZGOJE V PRVEM IN DRUGEM TRILETJU 9–LETNE OSNOVNE ŠOLE

2.3.1 GIBANJE KOT OSNOVA ZA VES OTROKOV RAZVOJ

Gibanje je osnova za ves otrokov razvoj. Narava sama sili otroka, da teka, skače, pleza; za gibanje uporablja vse možnosti, ki mu jih narekuje narava v določeni razvojni dobi.

Starši še vedno pogosto mislijo, da se bodo njihovi otroci pravilno razvili kar sami po naravnih zakonih, ki silijo otroka, da se giblje. Vendar pa temu ni tako. Otroški zdravniki in ortopedi vedo povedati, koliko otrok ima danes slabo držo in koliko jih ima motnje v gibanju. Večinoma to niso kakšne velike prirojene napake, skoraj pri vseh primerih pa je možno reči, da ti otroci že v prvih letih niso imeli možnosti, da bi se vsestransko razgibali.

Najpomembnejša leta za otrokov razvoj in za pridobivanje gibalnih navad so v obdobju od 6. do 12. leta starosti. Ameriški strokovnjak C. W. Hetherington npr. pravi, da kar zamudi 8–letni otrok, tega 18–letnik ne bo več mogel nadomestiti. In prav v tej dobi vstopajo učenci v šolo. Ob vstopu v prvi razred naletijo na kar nekaj težav. Navaditi se morajo na večurno mirno sedenje v klopih, ki vedno niti niso po njihovi meri, v učilnici je pogosto po 25 učencev in s tem v zvezi slab zrak, večurna koncentracija utruja učence ... Dolgotrajno sedenje pa ne ogroža le telesnega

razvoja, ampak tudi umski razmah, zato bi morali učencem vsak dan nuditi veliko gibanja. Učencem ne smemo kratiti številnih gibalnih možnosti.

Če otroku ne damo priložnosti, da bi se vsestransko gibal, mu lahko zelo škodujemo. Pomanjkanje gibanja je lahko vzrok za razne fizične in psihične motnje. Tega, kar zamudi otrok v dobi, ki je za usvajanje gibalnih navad zelo pomembna, ne more nadomestiti nikoli več. Otrok, ki se ne more zadosti gibati, zaostane v rasti, njegove mišice so ohlapne in vse njegove gibalne zmožnosti se razvijajo počasi. Omejeno gibanje pa ne zadržuje le otrokovega telesnega razvoja, temveč tudi njegove duševne funkcije. Otrok, ki se ne giblje dosti, počasi misli in zato vsako stvar počasi razume.

Z rednimi športnimi aktivnostmi hočemo vzgojiti zdrave, delazmožne in značajne ljudi. Pri gibanju se krepijo tudi vsi organi in telo otroka, ki se dovolj giblje, je zdravo in lepo razvito. Z gibanjem krepimo psihofizične lastnosti: hitrost, gibčnost, moč, vztrajnost; otroka navadimo na lepo držo, na to, da je vedno pripravljen in da zna pravilno reagirati v raznih situacijah.

2.3.2 VPLIV ŠPORTA NA NEKATERE TELESNE ZNAČILNOSTI OTROK

Šolsko in domače delo pogosto silita učence v nenaravne položaje, ki kvarno vplivajo na rast in na zdravo držo. Šolska športna vzgoja mora predvsem preprečevati takšne okvare, v lažjih primerih pa tudi pomaga odpravljati posledice nepravilnega sedenja, napačnega nošenja šolske torbe ...

Otroški zdravniki in ortopedi vedo povedati, da ima veliko otrok danes slabo držo. Večinoma to niso kakšne velike prirojene napake, vendar so v večini primerov posledica pomanjkanja možnosti, da bi se vsestransko razgibali.

Učitelji moramo skrbeti za to, da bodo imeli otroci lepo držo, in to ne le v mirni stoji, temveč vedno, tudi pri vseh gibanjih. Trebušno, prsno in hrbtno mišičevje zahteva stalne vadbe in krepitve. Znaki slabe drže so navadno okrogel hrbet, štrleče lopatice, nagnjena glava. Zlasti moramo biti pozorni v dobah hitrejše rasti. Statična,

enakomerna obremenitev otroka utruji; npr. dolgo stanje ali sedenje. Pomembna so razna gibanja, ki pospešujejo gibljivost.

Lepo in pravilno držo vzgojimo le z gibanjem, zlasti na svežem zraku, in to v vseh letnih časih. Dognano je, da se ljudje s slabo držo hitreje utrudijo in da imajo manjšo delovno zmogljivost, ker ne znajo gospodariti s svojimi silami. Pri njih se hitreje pojavijo bolezni, kot so bolečina v križu, znižanje želodca, krčne žile, ploske noge itd. Zato moramo paziti, da že pri otrocih v zgodnjem šolskem obdobju poskrbimo za pravilno držo.

Športne aktivnosti v veliki meri pripomorejo tudi k **normalni in zdravi telesni teži**.

Debelost je ena najpogostejših otroških bolezni, ki v zadnjih 20 letih močno narašča, njen pojav pa je povezan z nepravilnim življenjskim slogom. Rezultati raziskave, katere cilj je bil ugotoviti porast prekomerne telesne teže in debelosti slovenskih šoloobveznih otrok v obdobju med leti 1983 in 2003 v starosti od 7 do 10 let, kažejo, da se je delež prekomerno težkih ter debelih učencev v zadnjih 20 letih izjemno povečal.

Delež prekomerno težkih učencev je narasel več kot trikrat (med leti 1983 in 1993 je delež prekomerno težkih učencev narasel za dvakrat, med leti 1993 in 2003 pa za 1,6-krat), medtem ko je porast deleža prekomerno težkih učenk nekoliko manjši (med leti 1983 in 1993 je delež prekomerno težkih učenk narasel za 1,8-krat, med leti 1993 in 2003 pa za 1,6-krat).

Delež debelih učencev je drastično narasel med leti 1983 in 1993 (za 7,7-krat). V zadnjih desetih letih (od 1993 do 2003) je naraščanje deleža debelih učencev manjše (debelost se je povečala za 1,3-krat). Porast debelosti je viden tudi pri učenkah (med leti 1983 in 1993 je delež debelih učenk narasel za 2,6-krat, med leti 1993 in 2003 pa za 1,9-krat) (Kovač idr., 2004b).

Strel, Štihec in Videmšek (1991, v Bučar Pajek, Strel, Kovač, in Pajek, 2004a) ugotavljajo, da se je v letih 1989 in 1990 količina podkožnega maščevja (predvsem v delu trebuha in spodnjih okončin) v obravnavanem starostnem obdobju med poletnimi počitnicami izjemno povečala. Glede na podatke športno-vzgojnega kartona, pridobljene aprila 2003, je delež prekomerno težkih in debelih učencev in

učenk, starih od 7 do 10 let, 23,2 %. Tako je tudi v letu 2003 opazen trend naraščanja prekomerne telesne teže in debelosti v času poletnih počitnic (za 2,4 %)

Prekomerna telesna teža in debelost sta v največji meri posledici prekomernega uživanja hrane in nezadostne gibalne aktivnosti. Smiselni ukrepi za zmanjševanje tega problema bi zato morali vsebovati predvsem povečanje gibalne aktivnosti otrok, kjer imajo lahko ključno vlogo športna vzgoja v šolah, športne dejavnosti v društvih in klubih ter drugačno, aktivnejše preživljanje prostega časa v krogu družine (Bučar Pajek idr., 2004a).

2.3.3 POMEN IGRE – TUDI ŠOLSKI OTROK SE IGRA

O igri je bilo napisanih mnogo besed in izrečenih veliko misli. Ena od razlag pravi, da je igra prostovoljna in pogosto spontana aktivnost najbolj razvitih živih organizmov in ljudi, ki ne zadovoljujejo samo svojih potreb, ampak se ob njej tudi rekreirajo, učijo in trošijo odvečno energijo (Marjanovič, 2001).

Pistotnik (1995) opredeljuje igro kot svobodno izbrano psihofizično dejavnost, pri kateri poteka ne moremo vnaprej predvideti. Dejavnost se uresničuje v mejah, določenih glede na čas, prostor ter pravila.

Kos Knezova (2002) svetuje, naj otrokom pri igri postavimo le preprosta pravila, saj lahko igra zaživi ob osnovni svobodi, medtem ko pod grožnjami zamre.

Pogosto zmotno mislimo, da je igra le nekaj, kar je značilno za predšolskega otroka. Toda duševni razvoj otroka ima svoje zakonitosti, ki se ne podreja temu, kdaj otrok vstopi v šolo. Zmotno je misliti, da se z dnem, ko prične obiskovati šolo, otrok ne igra več ali, kar je še huje, da se nima pravice igrati. Tudi šolski otrok se igra in potrebuje veliko časa za igro. Zato mu jo moramo dovoliti in jo celo spodbujati (Horvat in Magajna, 1989).

Glede na to, da šolski otrok velik del dneva presedi v šoli ali pri domačem učenju, potrebuje veliko možnosti za sprostitev v preostalem času. Če otrok teh možnosti nima ali ga pri tem omejujemo, bo slej ali prej postal nemiren in nezbran pri učenju.

Šolsko delo je za otroka namreč svojevrsten telesni in duševni napor, ki ga mnogokrat postavlja v razne konfliktno situacije ali pa povzroči duševne strese. Tako postane igra pri šolskem otroku ventil, skozi katerega odreagira vse tisto, kar ga teži (Horvat in Magajna, 1989).

Te potrebe moramo še posebej upoštevati pri organizaciji izobraževalnega procesa v osnovnih šolah. Zlasti je to kritično pri mlajših šolskih otrocih, ki so v jutranjem varstvu, podaljšanem bivanju ali pa so vključeni v celodnevno šolo. V takih primerih mora šola organizirati ustrezne pogoje za spontano otrokovo igralno aktivnost.

S starostjo se otrokova igra spreminja glede na čas, ki ga otrok porabi zanjo, ter glede na vsebino in način igranja. Pri šolskem otroku prihaja vse bolj do izraza **skupinska igra**. Socialni razvoj je že dosegel takšno stopnjo, da se otrok lahko igra v skupini, da se podreja določenim skupnim normam in pravilom v igri. Skupine soigralcev so že zelo trdne in se le redko menjajo (Horvat in Magajna, 1989).

Pistotnik (1995) pravi, da ima igra zelo pomembno vlogo pri razvoju otroka v celostno, harmonično in ustvarjalno osebnost. Z igro otrok razvija svoje telesne sposobnosti in duševne razsežnosti, zadovoljuje potrebo po gibanju, hkrati pa je igra pomembna tudi za socializacijo, saj otroka postopno navaja na življenje v skupnosti.

Glede na različna merila (značilnosti igre, uporabnost), igre danes delimo v več skupin, izmed katerih so nekatere našle svoj prostor tudi v športu:

- športne igre - igre, ki se pojavljajo kot samostojne športne panoge in imajo vedno točno določena pravila;
- elementarne igre – igre, ki se pri šolski športni vzgoji in treningu športnikov pogosto uporabljajo kot glavno ali pomožno sredstvo za uresničitev različnih smotrov oz. ciljev v posameznih delih vadbene enote;
- družabne igre – igre, ki so namenjene za popestritev življenja in dela večjih skupin, ob dolgih večerih na letovanju, taborjenju ali v šoli v naravi; z njimi spodbujamo domišljijo udeležencev ter jih navajamo na socialne odnose v družbi.

2.3.3.1 Kaj je igra in kaj šport ter njuna medsebojna povezanost

Kuret (1978, v Šugman 2004) opredeljuje igro kot **duševno in telesno dejavnost**, ki **nima neposrednega praktičnega pomena**, poteka pa zgolj iz **veselja** nad samim seboj. Poteka po **smernicah oz. pravilih**, ki dopuščajo **uspeh ali neuspeh, dobiček ali izgubo**.

Šport pa je vsaka **telesna dejavnost**, ki ima značaj **igre** (ali, kot jo je leta 1979 točneje imenoval A. Trstenjak, igrivost) in obsega možnost **tekmovanja** samega s seboj, z drugimi ali s prvinami narave. Če ima ta dejavnost značaj tekmovanja z drugimi, jo je treba izvajati v **viteškem duhu**. Ni resničnega športa brez **fair playa**. (Športni manifest, 1968, v Šugman 2004) Vsi štirje elementi morajo biti v športu navzoči, saj so njegova najpomembnejša funkcija. Brez njih ni športa. Res je, da je v nekaterih športih bolj poudarjen en, v drugih pa drugi element, vendar morajo biti prisotni vsi.

Šugman (2004) pravi, da je šport bliže igri kot delu predvsem zato, ker se vedno izkazuje kot igra, ki zadovoljuje športnika ne glede na skrajne napore, saj športnik doživlja napor kot radost in užitek.

Tako igra kot šport potekata po vnaprej določenih pravilih, ki so danes v športu mednarodno dogovorjena. Mnogi mislijo, da v igri ni pravil, da vlada anarhija. Nasprotno, »omejujejo jo njena brezprizivna pravila in prostor. Igralec, ki nasprotuje pravilom in s tem preti, da bo porušil njen svet, je kršilec. Treba ga je odstraniti, saj bi sicer ogrozil obstoj te igralne skupine« (Mihelič, 1991, v Šugman, 2004).

2.3.3.2 Elementarne igre

Elementarne igre so igre, ki se jih igramo običajno brez športnega orodja ali le s preprostimi drobnimi rekviziti, kot so ruta, copati, palica, kamen in podobno. To so igre, za katere je značilna igrivost, nepredvidljivost in sproščenost v gibanju (Pistotnik, 1995).

V športni igri oz. v športu nasploh imajo elementarne igre zelo pomembno vlogo, saj si učenci na igriv in sproščen način razvijajo svoje motorične sposobnosti (moč,

hitrost, koordinacijo, preciznost, ravnotežje) in se hkrati seznanjajo z različnimi motoričnimi informacijami (elementi tehnike in taktike različnih športov, posamična gibanja ipd.), kar predstavlja dobro osnovo za njihov telesni razvoj ter poznejše učenje in delo (Pistotnik, 1995).

Elementarne igre so tudi pomembno sredstvo vzgoje in socializacije vadečih, saj lahko z njihovo pomočjo pomagamo posamezniku pri vključevanju v družbo ter pri usmerjanju njegovega čustvovanja in obnašanja v različnih okoliščinah. Med igro se ustvarjajo različne situacije, v katerih lahko delujemo vzgojno, naj bo to v zvezi s spoštovanjem pravil, z obvladovanjem pretirane agresivnosti ali z razvijanjem tovarištva. Vendar pa igra ne vzgaja sama po sebi, vzgaja pedagog, ki je igro izbral in ustrezno vodil. Zato pedagog ne more biti le nemi opazovalec dogajanja na igrišču, temveč aktivni dejavnik, ki posega v igro in jo usmerja v želeni smeri.

Elementarne igre vključujejo elementarne oblike človekovega gibanja – motorike (hojo, tek, lazenje, skoke, plezanje, mete itd.); v okviru njih imamo možnost prilagajanja pravil trenutni situaciji in potrebam (Pistotnik, 1995).

Ker je splošna značilnost elementarnih iger gibanje, lahko z njimi vplivamo na mnoge pomembne funkcionalne sisteme našega telesa (krvožilni in dihalni sistem, lokomotorni aparat ipd.). To povzroča pozitivne spremembe, ki se kažejo v razvoju telesa, v večji prilagodljivosti na obremenitve in v sposobnosti premagovanja večjih naporov. Posameznik se v igri izraža in v njej pogosto pokaže svoj pravi jaz, kar daje pedagogu možnost vzgojnega vpliva, to je vpliva na moralno-osebnostni značaj (Pistotnik, 1995).

Nekatere elementarne igre (Pistotnik, 1995):

- lovljenja: zmajeve glave, kitajski zid, ribiči love ribe, lov z zadevanjem, pomagaj prijatelju itd.,
- skupinski teki z izmenjavo mest: menjava gnezd, verige itd.,
- štafetne igre,
- moštvene igre: zbijanje žog, nogomet sede, lov na zajce itd.,
- borilne igre: izrivanje, borba na gredici, pazi na kij itd.,
- igre ravnotežja: hoja po sodu, slepi na brvi itd.,

- igre preciznosti: šola za košarkarje, zadevanje tarče itd.,
- igre orientacije v prostoru: živi torpedo, slepi slalom itd.,
- igre hitre odzivnosti in druge.

2.3.3.3 Družabne igre in potegavščine

Družabnih iger je več vrst, glavna značilnost vseh pa je, da udeležence povežejo med seboj v ugodnem, igrivem vzdušju, v katerem se bodo sprostiti in zabavali.

Veliko družabnih iger je takih, pri katerih je potrebna aktivna gibalna udeležba vadečih. Pri takih aktivnih družabnih igrah je potrebna spretnost, določene motorične sposobnosti, predvsem pa iznajdljivost, kar povzroča najrazličnejše komične situacije.

Nekatere aktivne družabne igre (Pistotnik, 1995):

- oddate sobe,
- štafeta z jabolkom,
- tek s podlogo,
- svinčnik v steklenici,
- zbijanje zamaška itd.

2.4 ŠPORTNA VZGOJA V PRVEM IN DRUGEM TRILETJU OSNOVNE ŠOLE

2.4.1 PROGRAM ŠPORTNE VZGOJE V PRVEM TRILETJU OSNOVNE ŠOLE

Program športne vzgoje se izvaja v vseh razredih osnovne šole. Program je z vidika razvojnih značilnosti učencev vsebinsko, organizacijsko in metodično zaokrožen v tri šolska obdobja. V vsakem šola ponuja tri vrste programov (Kovač in Novak, 1998):

- program, obvezen za vse učence;
- programe, ki jih šola mora ponuditi; vključevanje učencev je prostovoljno;
- dodatne programe, ki jih šola lahko nudi; vključevanje učencev je prostovoljno.

Tabela 2: Program športne vzgoje v prvem triletju

Program, obvezen za vse učence	Programi, ki jih šola mora ponuditi; vključevanje učencev je prostovoljno	Dodatni programi, ki jih šola lahko ponudi; vključevanje učencev je prostovoljno
- redni pouk z dvajseturnim tečajem plavanja v 2. ali 3. razredu - 315 ur - 3 ure tedensko	- športne interesne dejavnosti	- nastopi, prireditve in šolska športna tekmovanja
- športni dnevi – 5 letno	- dopolnilni pouk – programi za učence s posebnimi potrebami	- tečaji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka
		- dodatni programi (Zlati sonček, ciciban planinec, ...)
		- minuta za zdravje
		- športni oddelki

2.4.2 PROGRAM ŠPORTNE VZGOJE V DRUGEM TRILETJU OSNOVNE ŠOLE

Tabela 3: Program športne vzgoje v drugem triletju

Program, obvezen za vse učence	Programi, ki jih šola mora ponuditi; vključevanje učencev je prostovoljno	Dodatni programi, ki jih šola lahko ponudi; vključevanje učencev je prostovoljno
- redni pouk – 315 ur – 3 ure tedensko	- športne interesne dejavnosti	- prireditve in šolska športna tekmovanja
- športni dnevi – 5 letno	- dopolnilni pouk – programi za učence s posebnimi potrebami	- tečaji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka
	- šola v naravi – poletna ali zimška	- dodatni programi (Krpan, mladi planinec)
		- minuta za zdravje
		- športni oddelki

Potrebno je misliti na to, da bi v osnovni šoli uvedli športno vzgojo vsak dan. To je po besedah dr. Avčina prvi pogoj za skladno razvitega človeka. Če na urniku nimamo športne vzgoje vsak dan, to še ne pomeni, da je otrokom res ne moremo nuditi. Ne smemo misliti le na organizirano uro športne vzgoje v okviru predmetnika za posamezne razrede. Tu so še šolski odmori, zlasti glavni. Res je, da ga učenci potrebujejo za malico, toda v primeru lepega vremena naj učitelj le najde nekaj časa za igro otrok. In elementarne igre so ravno pravšnje za take primere (Sluga, 1981).

Sluga (1981) pravi, da naj učitelj naj ne bo malenkosten! Nikar mu naj ne bo žal, če bodo učenci zaradi prepotrebne sprostitev zamudili minuto ali dve teoretičnega pouka. Umska in telesna vzgoja sta si že tako v izrazitem neskladju glede odmere časa: 3 ure za telesno vzgojo, vsaj 20 za umsko.

Tudi naš znani športni strokovnjak profesor Drago Ulaga v svoji knjigi Teorija telesne vzgoje in športnega treniranja pravi, da bi vsi tisti, ki imamo opravka z otroki, morali

vedeti, da »glava ni edini del telesa«, pa čeprav se je treba učiti. Včasih je laže v zrelejši dobi nadomestiti slovnična in jezikovna pravila, matematične formule in zgodovinske podatke; laže je tudi menjati poglede na svet, kakor pa nadomestiti slab in nepravilen telesni razvoj, slabo zdravje in kondicijo, ki je mnogokrat posledica malomarnega in nepravilnega telesnega razvoja v mladosti (Sluga, 1981) .

Mesto športne vzgoje na urniku

Za učence in njihove intelektualne sposobnosti ni vseeno, katero uro imajo na urniku športno vzgojo. Cilj ure športne vzgoje je v tem, da prekine večurno sedenje učencev in jih razgiblje, razvedri ter vlije novih moči za nadaljnji pouk. Ob pravilnem izvajanju ur športne vzgoje, zlasti če učitelj ne bo zanemarjal umirjanja, bodo snov drugih predmetov po uri športne vzgoje učenci laže dojemali. Zato ne moremo zagovarjati razporeditve ur športne vzgoje niti na prvo niti na zadnjo uro šolskega pouka. Prvo uro so učenci še vse preveč togi, zaspani, nekateri pa tudi utrujeni od dolge poti v šolo. Tudi zadnja ura ni prava odločitev; učenci bi se namreč delno razvedrili že na poti domov. Zato zadnja ura ni tako dobrodošla, kot je nekje v sredini delovnega dne, recimo tretjo šolsko uro.

Kovač in Novak (1998) poudarjata, naj bo športni program z didaktičnega vidika v tem obdobju čim bolj pester. V prvem razredu naj prevladujejo predvsem naravne oblike gibanja in številne igre. Posebno pozornost posvetimo plesnim igram in prilagajanju na vodo. V drugem in tretjem razredu postopno obogatimo program z igrami z žogo in osnovnimi prvinami gimnastike in atletike, v drugem razredu naj se učenci naučijo osnov prve plavalne tehnike. Prednost naj imajo dejavnosti, ki jih lahko izvajamo na prostem, otroci naj pripravljajo nastope, se vključujejo v različne prireditve, tekmovanja pa naj bodo predvsem skupinska.

V tem obdobju pri otrocih prevladujejo pozitivna čustvena stanja, kot so veselje in navdušenje. Zanimivi športni programi jih hitro navdušijo, napredek pa razveseli, zato je pomembno, da je vadba zanimiva, prilagojena posamezniku, strokovno načrtovana in kontinuirana, kar zagotavlja, da otroci opazijo svoj napredek in si tako oblikujejo pozitiven odnos do športnih dejavnosti (Kovač in Novak, 1998).

2.4.3 SPLOŠNI CILJI ŠPORTNE VZGOJE V PRVEM IN DRUGEM TRILETJU

Kot vrtec ima tudi devetletna osnovna šola učni načrt, ki je bil sprejet na seji Strokovnega sveta RS za splošno izobraževanje. Učni načrt vsebuje: opredelitev predmeta, obseg in strukturo predmeta, splošne cilje, operativne cilje in vsebine, didaktična navodila, spremljanje, vrednotenje in ocenjevanje ter priloge. Učni načrt je učno-ciljno naravnani in dopušča določeno stopnjo avtonomije šole in učitelja. Ob načrtovanju je potrebno poleg ciljev in ustreznih vsebin izbrati tudi ustrezne metode in oblike dela (Učni načrt, 2001).

Splošni cilji športne vzgoje v prvem in drugem triletju (Kovač in Novak, 1998) so:

- zadovoljitev otrokove prvinske potrebe po gibanju in igri;
- skladna telesna razvitost in posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti;
- pridobivanje številnih in raznovrstnih športnih znanj;
- oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (spodbujanje k medsebojnemu sodelovanju, skrb za higieno, spoštovanje športnega obnašanja, sprejemanje drugačnosti);
- oblikovanje pristnega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave in okolja kot posebne vrednote.

2.4.4 OPERATIVNI CILJI ŠPORTNE VZGOJE V PRVEM IN DRUGEM TRILETJU

Splošni cilji so vodila (usmeritve) učitelju za poučevanje. Operativni cilji, ki izhajajo iz splošnih, pa posebej poudarjajo sozvočje med razvojem gibalnih sposobnosti, pridobivanjem raznovrstnih športnih znanj, spoznavnimi in psihosocialnimi razsežnostmi otroka. V procesu poučevanja se največkrat cilji med seboj prepletajo, ni pa naključje, da so v učnem načrtu razvrščeni v štiri ločene skupine: telesni razvoj

in razvoj gibalnih ter funkcionalnih sposobnosti, usvajanje praktičnih gibalnih znanj, oblikovanje stališč, navad in načinov ravnanja ter spoznavanje nekaterih teoretičnih vsebin. S tem je poudarjena enakovredna pomembnost vseh štirih področij (gibalno, spoznavno in čustveno-socialno), kar usmerja učitelje k celostnemu pristopu k otroku. Ni le pomembno doživljati prijetnih občutkov ob gibanju ali pa se osredotočati samo na razvijanje gibalnih sposobnosti (kar je večkrat slabost posameznih profilov kadra, ki poučuje na razredni stopnji), temveč moramo hkrati otroka naučiti temeljnih gibalnih vzorcev in osnovnih športnih znanj, otrok pa naj spozna tudi nekatere športne izraze, zna poimenovati športna orodja in pripomočke, spozna pomembnost spoštovanja pravil, nekatera načela varnosti v telovadnici, na igrišču (Kovač, Strel in Jurak, 2004c).

V učnem načrtu so operativni cilji razdeljeni na naslednje 4 sklope (Učni načrt, 2001):

- **Z vidika telesnega razvoja in razvoja gibalnih ter funkcionalnih sposobnosti:**
 - razvijanje pravilne telesne drže z izbranimi gibalnimi nalogami;
 - razvijanje gibalnih sposobnosti (koordinacija gibanja, ravnotežje, moč, gibljivost, hitrost, preciznost) z naravnimi oblikami gibanja, igrami, štafetami in poligoni;
 - obvladanje telesa v različnih položajih, usklajevanje dela z rokami in nogami, ohranjanje ravnotežja;
 - razvijanje moči, hitrosti in splošne vzdržljivosti z raznovrstnimi nalogami in igrami;
 - razvijanje koordinacije v ritmu ob glasbeni spremljavi;
 - spremljanje telesne značilnosti, gibalne in funkcionalne sposobnosti, ...

- **Z vidika osvajanja različnih naravnih oblik gibanja, iger in športnih znanj:**
 - spoznavanje osnovnih položajev telesa, rok in nog;
 - sproščeno osvajanje naravnih oblik gibanja;
 - posnemanje predmetov, pojavov in pojmov v naravi skozi igro;
 - spoznavanje in učenje, kako ravnati z različnimi športnimi rekviziti (žoge, kolebnice, kiji, obroči) skozi igro;
 - spoznavanje in učenje osnovnih elementov atletike;

- pridobivanje različnih gibalnih izkušenj z elementi gimnastike;
- spoznavanje in učenje elementov iger z žogo;
- spoznavanje preprostih otroških plesov in plesnih iger, ...

S temi cilji ustvarjamo temeljne gibalne zasnove, na katerih je mogoče nadgrajevati različna športna znanja.

- **Z vidika prijetnega doživljanja športa in vzgoje skozi igro:**

- spodbujanje veselja do športne dejavnosti skozi igro ter postavljanje temeljev vrednostnim razsežnostim športa;
- razvijanje občutkov zadovoljstva ob obvladanju lastnega telesa in izražanja z gibanjem;
- razvijanje samozavesti, odločnosti, borbenosti in vztrajnosti;
- spodbujanje strpnega in prijateljskega vedenja v skupini z igro in gibanjem;
- oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev skozi igro;
- privzganje osnovnih higienskih navad in odnosa do športne opreme;
- razvijanje kulturnega odnosa do narave in okolja, ...

- **Z vidika seznanjanja s teoretičnimi vsebinami:**

- seznanjanje s primernim športnim oblačilom in obutvijo;
- naučiti se poimenovati nekatere osnovne položaje telesa, gibov;
- spoznavanje različnih športnih orodij in pripomočkov;
- razumevanje preprostih pravil elementarnih in drugih iger;
- poznavanje in upoštevanje osnovnih načel varnosti na igrišču, v telovadnici;
- razumevanje pomena pravilne telesne drže, telesne nege in higiene.

2.4.5 SPLOŠNA IZHODIŠČA, KI NAJ JIH UPOŠTEVA UČITELJ V PRVEM IN DRUGEM TRILETJU

Spremembe v družbeni ureditvi, drugačni pogledi na šolsko športno vzgojo, povezovanje spoznanj različnih znanosti in upoštevanje otrokovih razvojnih značilnosti ter potreb so narekivale tudi spremembe v postavljanju ciljev in izbiri vsebin, predvsem pa zahtevajo drugačne učiteljeve prijeme pri izpeljavi pouka. V prvem in drugem triletju naj zato učitelj sledi predvsem naslednjim izhodiščem (Kovač idr., 2004c):

- igra kot vir sprostitve in sredstvo vzgoje mora biti prisotna na vsaki uri športne vzgoje;
- spoštuje načelo enakih možnosti za vse učence in upošteva njihovo različnost;
- pedagoški proces vodi tako, da bo vsak učenec uspešen in motiviran;
- načrtno spremlja in vrednoti otrokove dosežke ter ga spodbuja k športni dejavnosti;
- učnociljna naravnost učnega načrta dopušča določeno stopnjo avtonomije šole in učitelja glede na različnost otrok, materialne in kadrovske možnosti, tradicijo kraja ter podnebne pogoje, sočasno pa zahteva prevzem strokovne odgovornosti za ustrezno izbiro vsebin, učnih metod in oblik;
- načrtno spodbuja otroke k humanim medsebojnim odnosom;
- posebno skrb namenja otrokom s posebnimi potrebami in nadarjenim za šport;
- športno dejavnost povezuje z drugimi predmetnimi področji;
- spoštovati mora predpisane standarde in normativna izhodišča ter poskrbeti za varnost pri vadbi.

2.5 STALIŠČA

2.5.1 OPREDELITEV STALIŠČ

Musek (1994) opredeljuje stališča kot trajna miselna, vrednostna, čustvena in akcijska naravnanja v odnosu do različnih objektov (predmetov, bitij, oseb, dogodkov in pojmov).

Rot (1983, v Pučko 1990) stališča opredeljuje na naslednji način:

Stališča so sistem kognitivnih, emocionalnih in konativnih tendenc in predstavljajo mentalno pripravljenost za določen način reagiranja. Vplivajo na to, kako bomo zaznavali posamezne predmete, osebe ali situacije, kaj bomo o njih mislili, kako se bomo nanje čustveno odzvali. Stališča imajo vedno tudi dinamično funkcijo, delujejo kot motivi in spodbujajo ter usmerjajo naše ravnanje. Znatno del stališč postane del naše osebnosti.

2.5.2 ZNAČILNOSTI IN FUNKCIJE STALIŠČ

Pojem stališč omogoča široko uporabnost, ker v svojih opredelitvah vsebuje in združuje različne vidike razlage človekove duševnosti (Pučko, 1990):

1. Upošteva filogenetski in ontogenetski vidik, kar pomeni, da stališča predstavljajo preddispozicijo za določen način ravnanja, hkrati pa jih človek pridobiva v teku življenja na osnovi izkušenj, v procesih socializacije.
2. Človeka pojmuje v dinamičnem odnosu z okoljem; stališča vplivajo na smer, vrsto in doslednost človekove aktivnosti v okolju. Delujejo kot motivi in spodbujajo ter usmerjajo naše ravnanje.
3. S svojo sestavljenostjo združuje različne komponente človekove osebnosti in različne funkcije njegovega delovanja: stališča so kompleksna; vključujejo kognitivno, emocionalno in dinamično komponento.

Razlaga posameznih komponent stališč, ki so med seboj tesno povezane (Ule, 1994):

- **Kognitivna (spoznavna) komponenta** stališč so vedenja, znanja, izkušnje, informacije, tudi vrednostne sodbe in argumenti v povezavi z objektom, dogodkom, osebo ali situacijo, o kateri oblikujemo stališče.

V našem primeru predstavljajo kognitivno komponento stališč staršev znanja o delu športnega pedagoga, o njegovih znanjih in koristnih informacijah, s katerimi lahko staršem svetuje, npr. kako izboljšati določene gibalne sposobnosti pri njihovem otroku, pri izbiri primerne športne dejavnosti, o izkušnjah, ki so jih morda pridobili pri sodelovanju s športnim pedagogom. Zelo nas zanima, kako te izkušnje vplivajo na njihova stališča. Ali te izkušnje pripomorejo k oblikovanju pozitivnih ali morda negativnih stališč?

- **Emotivna (čustvena) komponenta** stališč so pozitivna ali negativna občutja in ocenjevanja objektov stališč.

Emotivno komponento predstavljajo npr. občutki staršev glede tega, da bi svoje otroke v času podaljšanega bivanja poučeval tudi profesor športne vzgoje. Morda se starši bojijo, da bi bil profesor športne vzgoje v podaljšanem bivanju primeren le za izvajanje športnih dejavnosti, ne pa tudi za izvajanje ostalih dejavnosti v podaljšanem bivanju – reševanje domačih nalog, prehrana, ... Najbolj nas zanima, kako starši občutijo idejo, da v podaljšanem bivanju otroke poučuje tudi učitelj športne vzgoje.

- **Konativna (aktivnostna, dinamična) komponenta** je težnja ali dispozicija posameznika, da deluje na določen način glede na objekt stališč.

Tu pa se postavlja vprašanje, ali so starši pripravljeni sprejeti profesorja športne vzgoje kot učitelja svojih otrok v času podaljšanega bivanja (glede na njihova stališča). Zanima nas, ali bi raje vpisali svojega otroka v oddelek podaljšanega bivanja, če bi vedeli, da v njem dela tudi profesor športne vzgoje.

2.5.3 NASTANEK IN OBLIKOVANJE STALIŠČ

Musek (1994) meni, da ima na nastanek in razvoj stališč vpliv predvsem socialno učenje. Mnoga stališča namreč prevzamemo od okolja, zlasti od oseb, ki nas vzgajajo, po katerih se zgledujemo in s katerimi se identificiramo, mnoga pa oblikujemo tudi z lastno presojo.

Mislimo, da imamo učitelji zelo pomembno vlogo. Imamo priložnost, da učencem privzgojimo pozitivna stališča do športnega udejstvovanja, da jih naučimo, kako čimbolj aktivno in smotrno preživljati prosti čas. Če jim privzgojimo veselje do vsakodnevnega ukvarjanja s športom, jih rešimo pred nevarnostjo tržne ponudbe in posedanja pred televizijo, računalnikom in igranjem video igrice v prostem času.

Za oblikovanje stališč so najpomembnejši naslednji faktorji (Ule, 1994):

- **Skupinska pripadnost**, kar pomeni predvsem vpliv primarnih (družina, vrstniške skupine) in referenčnih skupin (tistih, katerih vrednostni sistem posameznik najbolj sprejema in se z njimi najbolj identificira).

Tudi pri oblikovanju stališč do športnih aktivnosti se kaže, da je bila športna aktivnost v družini, zlasti aktivnost očeta, značilno povezana s pozitivnostjo stališč mladine do teh aktivnosti (Kukovič, 2001, v Škof, Zabukovec, Cecić Erpič in Boben, 2005).

- **Informacije in znanje**, kjer se šteje pomen množičnih komunikacijskih sredstev kot virov informacij.
- **Osebne lastnosti in značilnosti** pa vključujejo predvsem izkušnje, trenutne potrebe in motivacijo posameznika.

Tudi Schmidtova (2001) pravi, da imajo največji vpliv na oblikovanje stališč življenjske izkušnje (iz najzgodnejšega obdobja) ali osebne lastnosti ter socialne norme.

2.5.4 SPREMINJANJE STALIŠČ

Na srečo se lahko stališča tudi menjajo, čeprav je to zelo zahteven proces. V praksi ugotavljamo, da se po opravljenih raziskavah stališča vseeno spreminjajo. To pa zahteva spremembo v izbiri načina razmišljanja in tudi čas, da bi prišlo do resničnih in ne le do deklariranih sprememb (Mejavšek, 1980, v Schmidt, 2001).

Stališča so razmeroma trajna, vendar jih lahko spreminjamo pod vplivom izkušenj, zlasti če gre za čustveno pomembne in pretresljive izkušnje (Musek, 1994). Kot pravi Musek (1994), se spreminjajo tudi zaradi potrebe po njihovem usklajevanju. Ljudje imamo namreč več stališč, ki težijo k uskladitvi. Neskladnost deluje kot motivacija za oblikovanje novih stališč. Cilj vsega tega je ravnotežje, ugodje. Stališča se torej ne spreminjajo samo zaradi zunanjih dogodkov ali vplivov, ampak tudi zaradi svoje notranje dinamike – težimo k temu, da čimbolj uravnesimo svoja stališča. Ne moremo npr. reči, da sprejemamo idejo, da bi športni pedagog animiral otroke v podaljšanem bivanju, hkrati pa ga v tak oddelek ne bi želeli vpisati.

Ulejeva (1994) navaja, da se stališča lahko spreminjajo na dva načina:

- v intenziteti (od bolj k manj ekstremnim in obratno),
- v smeri (od pozitivnih v negativna in obratno).

Spreminjanje stališč pa je odvisno tudi od karakteristike stališč: od ekstremnosti, kompleksnosti in usklajenosti. Bolj ekstremna stališča se težje spreminjajo. Stališče, ki je pri posamezniku povezano z večjim številom drugih stališč in usklajeno z njimi, je tudi bolj odporno na spremembe (Ule, 1994).

Vse komponente stališč pa se ne menjajo enako. Schmidtova (2001) tako piše, da imamo z informiranjem največji vpliv na kognitivno komponento stališč. Res pa je tudi, kot navaja Ulejeva (1994), da sta kognitivna in emotivna komponenta običajno usklajeni med seboj. Če pride do razlik med njima, to skoraj nujno vodi do spremembe stališča, bodisi z dodajanjem novih informacij bodisi z apelom na naša čustva.

Raziskave o konstantnosti in spreminjanju stališč so, kot pravi Ulejeva (1994), tesno povezane s stabilnostjo in spreminjanjem socialnega sistema (okolja) in ideologije.

Sherif (1984, v Ule, 1994) pravi, da so poleg stabilnega socialnega okolja najpomembnejši izvor stabilnosti stališč osebnostne lastnosti in značilnosti posameznika, na primer izkušnje, na osnovi katerih se je oblikovalo stališče posameznika. Trdnost stališča pa je odvisna tudi od tega, koliko neko stališče potrjuje predstavo o sebi (selfu) pri posamezniku. Če je stališče udeleženo pri oblikovanju in ohranjanju centralnih lastnosti podobe o sebi, bo seveda posameznik tako stališče želel obdržati.

Zelo velik vpliv na sprejemanje stališč ima ravno družinsko okolje.

Gibanje spremlja človeka od rojstva do smrti. Že v prvih gibalnih poskusih, ko se otrok uči plaziti in hoditi, je njegov intelektualni razvoj povezan z gibalnim. Kdor prej shodi, prej osvoji prostor okoli sebe, spoznava okolico in ima več možnosti za sporazumevanje. Zato bi se morali starši čim pogosteje igrati s svojim otrokom in ga spodbujati v njegovih gibalnih dejavnostih. Njegovo naravno potrebo po gibanju bi morali nenehno zadovoljevati in jo krepiti. Spodbudno družinsko okolje pozitivno vpliva na oblikovanje otrokove osebnosti in njegovih vrednot. Otrok prevzema navade, stališča in vrednote staršev, zato je ukvarjanje s športom znotraj družine zelo pomembno za otrokovo nadaljnjo športno dejavnost in sprejemanje športa kot vrednote (Videmšek in Visinski, 2001) .

3. CILJI RAZISKOVANJA

Cilj naše raziskave je ugotoviti in analizirati:

- nekatera stališča staršev, ki majo otroke v podaljšanem bivanju, do učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju;
- v kolikšni meri se starši strinjajo s pozitivnimi učinki športnega udejstvovanja v rani mladosti na nekatere socializacijske procese (vključevanje v družbo, sprejemanje in spoštovanje razlik med ljudmi, sprejemanje družbenih vrednot in norm, sprejemanje pravil);
- v kolikšni meri se starši strinjajo s trditvijo, da vsakodnevno strokovno vodena športna vadba pozitivno vpliva na osnovni motorični razvoj otroka;
- v kolikšni meri se starši strinjajo s trditvijo, da vsakodnevno strokovno vodena športna vadba pozitivno vpliva na nekatere telesne značilnosti otroka;
- v kolikšni meri so starši naklonjeni ideji, da bi športni pedagog deloval v oddelkih podaljšanega bivanja vsaj dvakrat na teden, in ali bi dali pri vpisu v šolo prednost šoli, ki tak program izvaja.

4. METODE DE LA

Vzorec merjencev je predstavljalo 100 naključno izbranih staršev, ki imajo vsaj enega otroka v podaljšanem bivanju v osnovni šoli v Kranju ali njegovi okolici v šolskem letu 2006/2007.

Vzorec spremenljivk

Kot tehniko zbiranja podatkov smo uporabili anketo z dvajsetimi vprašanji oz. trditvami. Ankete so starši izpolnjevali anonimno.

Anketa je bila sestavljena iz naslednjih štirih sklopov:

- vpliv športnega udejstvovanja na psihosocialni razvoj in na telesne značilnosti otroka;
- pomembnost obdobja osnovnošolskega izobraževanja za kasnejši odnos otroka do športa;
- animacija učitelja športne vzgoje s pripravljenim programom v podaljšanem bivanju;
- prisotnost športnega pedagoga v podaljšanem bivanju.

Način zbiranja podatkov

Merski inštrument za zbiranje podatkov so bili **anketni vprašalniki**, ki smo jih osebno razdelili staršem.

Metode obdelave podatkov

Podatke iz vprašalnikov smo vnašali v bazo (Excel), obdelali v programu SPSS 15.0 in rezultate predstavili s pomočjo tabel in grafov.

Za merjenje stališč staršev do učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju smo uporabil lestvico Likertovega tipa (5–stopenjska lestvica stališč). Izjave staršev so tako lahko variirale od popolnega nesoglašanja do popolnega soglašanja s trditvami iz anketnega vprašalnika.

Uporabljena je bila metoda osnovne statistike: frekvenčna analiza. Dodali smo tudi komentar.

5. REZULTATI

Rezultati, pridobljeni s pomočjo anket, so predstavljeni s tabelami, grafi in komentarji. Anketo je izpolnjevalo 100 staršev, ki so imeli vsaj enega otroka v podaljšanem bivanju.

V raziskovalnem delu diplomskega dela nas je predvsem zanimalo, v kolikšni meri se starši zavedajo pozitivnih učinkov športnega udejstvovanja ter kakšna stališča zavzemajo do učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju.

PREDSTAVITEV VZORCA

Tabela 4: Tabelarična predstavitev preučevanega vzorca glede na spol, starost in glede na pogostost športnega udejstvovanja

	SPOL			STAROST				
	M	Ž	Σ	18-25	25-35	35-50	50 →	Σ
Starši	23 23%	77 77%	100 100%	1 1%	52 52%	47 47%	0 0%	100 100%

Tabela 4 kaže, da je bilo anketiranih 77% žensk in 23% moških. Večina anketiranih je starih od 25-35 let.

Tabela 5: Tabelarična predstavitev preučevanega vzorca glede na dokončano izobrazbo

DOKONČANA IZOBRAZBA	Starši
Osnovna šola ali manj (1. in 2. stopnja)	3 3%
Krajše izobraževanje (3. stopnja)	0 0%
Poklicna šola (4. stopnja)	12 12%
Srednja šola (5. stopnja)	38 38%
Višja šola (6. stopnja)	14 14%
Visoka šola (7. stopnja)	30 30%
Specializacija ali magisterij (7. stopnja)	2 2%
Doktor znanosti (8. stopnja)	1 1%
Σ	100 100%

Tabela 5 nam prikazuje, da je kar 38% staršev s srednjo izobrazbo, 30% z visoko izobrazbo in 12% s končano poklicno šolo.

1. Kolikokrat na teden se sami športno udejavljate?

Tabela 6: Kolikokrat na teden se sami športno udejavljate?

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Nikoli	13	13
Enkrat na teden	40	40
Dvakrat na teden	24	24
Trikrat na teden	15	15
Štirikrat na teden in več	8	8
Skupaj	100	100



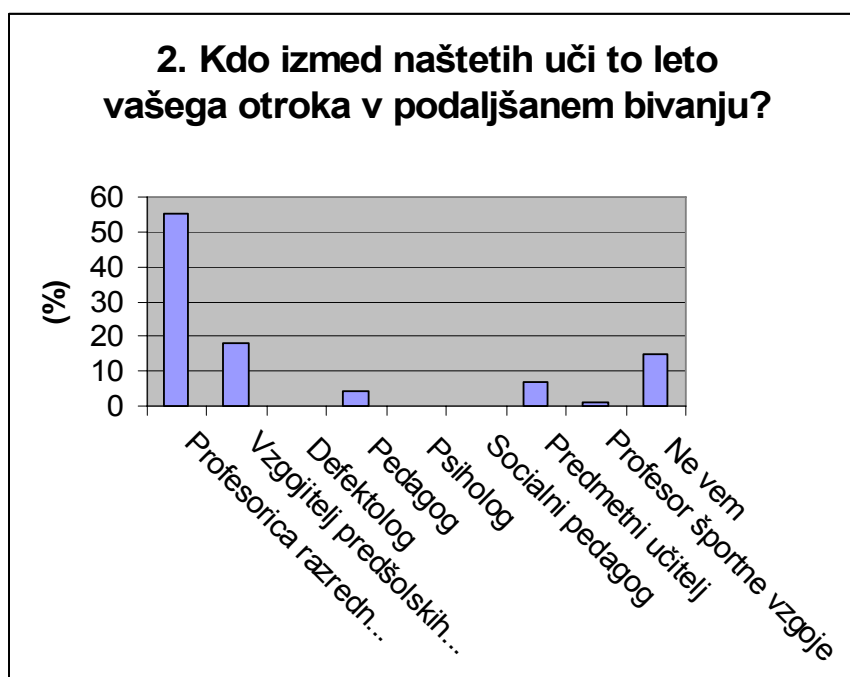
Graf 1: Kolikokrat na teden se sami športno udejavljate?

Večina staršev se športno udejavlja enkrat na teden (40 %), drugi najpogostejši odgovor staršev pa je bil, da se športno udejavljajo dvakrat tedensko (24 %). Ti podatki (tabela 6, graf 1) kažejo na to, da se večina staršev premalo ukvarja s športom, saj ima ta vrednota velik vpliv na sprejemanje športa pri otroku.

2. Kdo izmed naštetih letos uči vašega otroka v podaljšanem bivanju?

Tabela 7: Kdo izmed naštetih letos uči vašega otroka v podaljšanem bivanju?

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Profesorica razrednega pouka	55	55
Vzgojitelj predšolskih otrok	18	18
Defektolog	0	0
Pedagog	4	4
Psiholog	0	0
Socialni pedagog	0	0
Predmetni učitelj	7	7
Profesor športne vzgoje	1	1
Ne vem	15	15
Skupaj	100	100



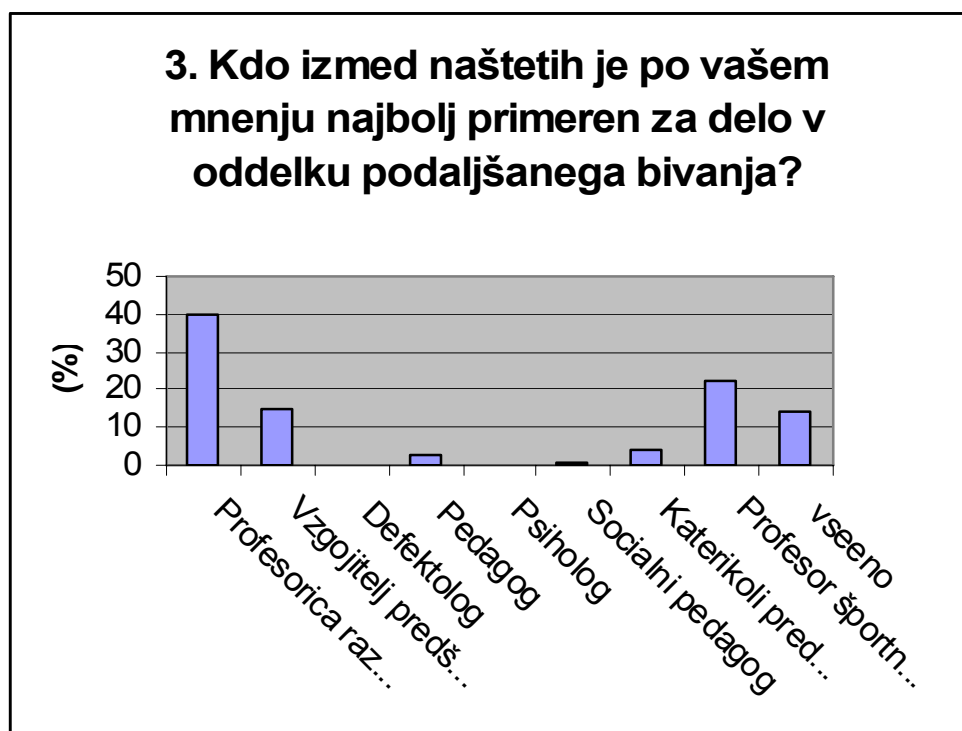
Graf 2: Kdo izmed naštetih letos uči vašega otroka v podaljšanem bivanju?

Tabela 7 in graf 2 prikazujeta, kdo izmed naštetih je v šolskem letu 2006/07 učil otroka v podaljšanem bivanju. Večina (55 %) je odgovorila, da profesorica razrednega pouka, na drugem mestu (18 %) so bili vzgojitelji predšolskih otrok. Odgovor, da njihovega otroka v podaljšanem bivanju uči profesor športne vzgoje, se je pojavil le pri eni vrnjeni anketi.

3. Kdo izmed naštetih je po vašem mnenju najbolj primeren za delo v oddelku podaljšanega bivanja?

Tabela 8: Kdo izmed naštetih je po vašem mnenju najbolj primeren za delo v oddelku podaljšanega bivanja?

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Profesorica razrednega pouka	40	40
Vzgojitelj predšolskih otrok	15	15
Defektolog	0	0
Pedagog	3	3
Psiholog	0	0
Socialni pedagog	1	1
Katerikoli predmetni učitelj	4	4
Profesor športne vzgoje	22	22
Vseeno	14	14
Skupaj	100	100



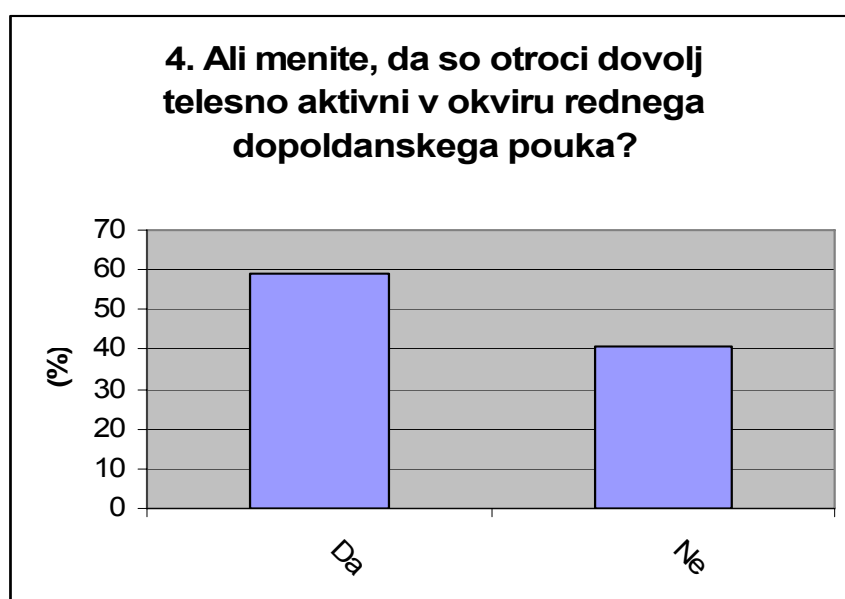
Graf 3: Kdo izmed naštetih je po vašem mnenju najbolj primeren za delo v oddelku podaljšanega bivanja?

Tabela 8 in graf 3 prikazujeta mnenje staršev, in sicer kdo od naštetih se jim zdi najprimernejši za delo v podaljšanem bivanju. Največ glasov je dobila razredna učiteljica (40 %) na drugem mestu pa je bil profesor športne vzgoje (22 %). Ti podatki po mojem mnenju že kažejo pozitivno stališče staršev do tega, da bi njihove otroke v podaljšanem bivanju učil profesor športne vzgoje. Zavedajo se torej, da profesor športne vzgoje po navadi ne dela v oddelku podaljšanega bivanja, kar je razvidno iz odgovorov na prejšnje vprašanje, kar pa še ne pomeni, da se jim za to delo ne zdi primeren (pogostost tega odgovora zaseda drugo mesto).

4. Ali menite, da so otroci dovolj telesno aktivni v okviru rednega podaljšanega bivanja?

Tabela 9: Ali menite, da so otroci dovolj telesno aktivni v okviru rednega dopoldanskega pouka?

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Da	59	59
Ne	41	41
Skupaj	100	100



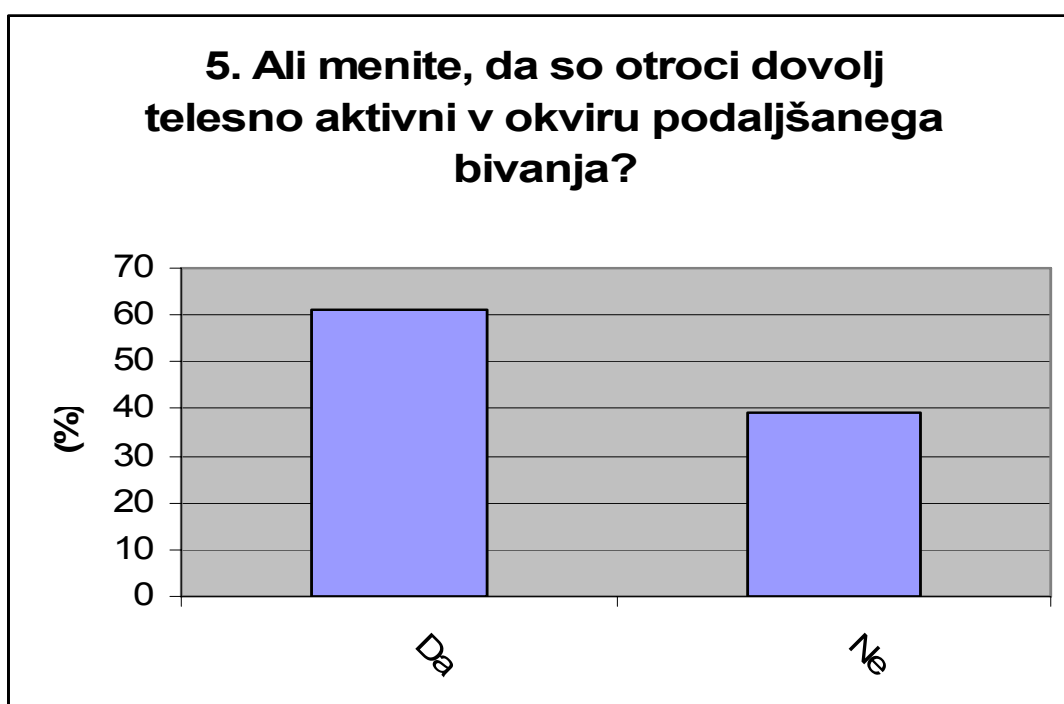
Graf 4: Ali menite, da so otroci dovolj telesno aktivni v okviru rednega dopoldanskega pouka?

Tabela 9 in graf 4 prikazujeta mnenje staršev o telesni aktivnosti otrok v okviru rednega dopoldanskega pouka. Večina staršev (59 %) meni, da so otroci dovolj aktivni v okviru rednega dopoldanskega pouka; precejšen odstotek staršev (kar 41 %) pa je mnenja, da otroci v okviru dopoldanskega pouka niso dovolj telesno aktivni. Tukaj bi bilo morda smiselno vprašati starše, ki menijo, da so otroci v dopoldanskem času premalo aktivni, če vidijo problem v premajhnem številu ur, namenjenih športni vzgoji ali morda v izpeljavi same ure športne vzgoje s strani razredne učiteljice.

5. Ali menite, da so otroci dovolj telesno aktivni v okviru podaljšanega bivanja?

Tabela 10: Ali menite, da so otroci dovolj telesno aktivni v okviru podaljšanega bivanja?

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Da	61	61
Ne	39	39
Skupaj	100	100



Graf 5: Ali menite, da so otroci dovolj telesno aktivni v okviru podaljšanega bivanja?

Tabela 10 in graf 5 prikazujeta mnenje staršev o telesni aktivnosti otrok v okviru podaljšanega bivanja. Večina staršev (61 %) meni, da so otroci dovolj aktivni v okviru podaljšanega bivanja, 39 % pa jih je mnenja, da so otroci v okviru podaljšanega bivanja premalo telesno aktivni.

Odgovori staršev na to vprašanje se številčno skoraj ujemajo z odgovori na vprašanje, ali starši menijo, da so njihovi otroci dovolj telesno aktivni v okviru dopoldanskega pouka. Večina staršev se torej strinja s tem, da so njihovi otroci dovolj telesno aktivni, tako v dopoldanskem času kot tudi v podaljšanem bivanju.

Menimo, da bi bil odstotek pritrdilnih odgovorov na to vprašanje lahko večji, saj ima učitelj podaljšanega bivanja za izbor dejavnosti, ki naj bi se v popoldanskem času odvijale, več svobode in so možnosti za izpeljavo športnih vsebin.

6. Kaj naj bi počel učitelj športne vzgoje v podaljšanem bivanju?

Tabela 11: Kaj naj bi počel učitelj športne vzgoje v podaljšanem bivanju?

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Skrbel za sprostitev otrok z različnimi elementarnimi igrami.	8	8
Animiral otroke, da se v podaljšanem bivanju ne bi dolgočasili.	3	3
S pripravljenim programom otroke sproščal, animiral in učil raznih gibalnih znanj in kvalitetnega preživljanja prostega časa.	89	89
Skupaj	100	100



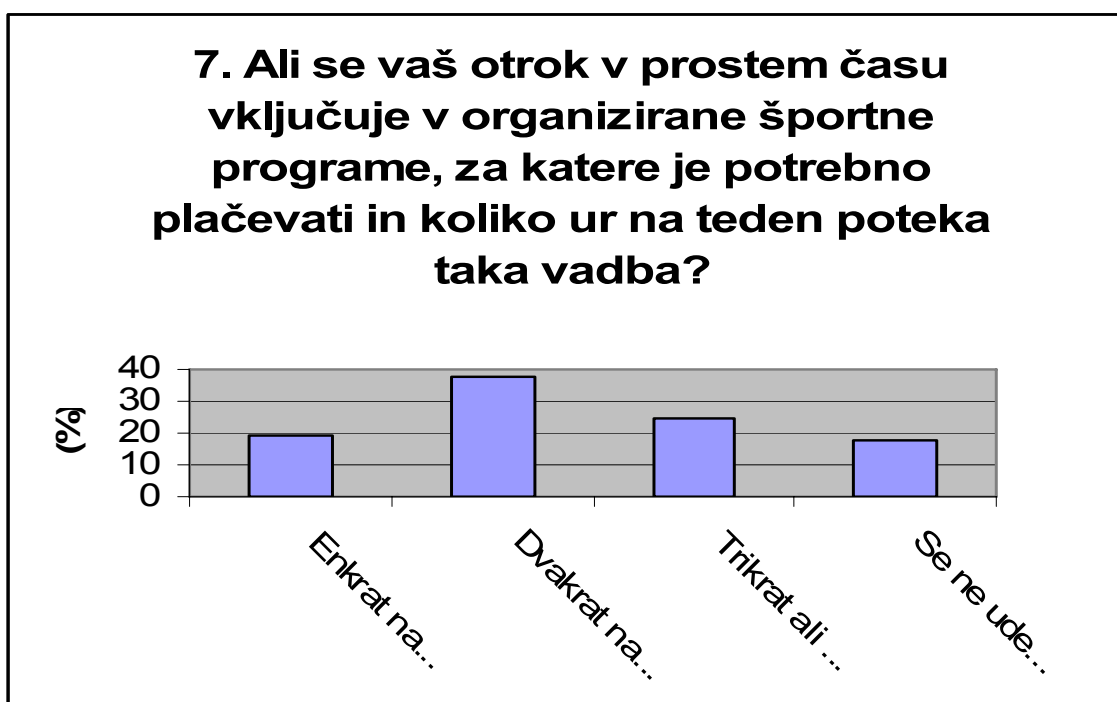
Graf 6: Kaj naj bi počel učitelj športne vzgoje v podaljšanem bivanju?

Tabela 11 in graf 6 prikazujeta mnenja staršev o tem, kaj naj bi počel profesor športne vzgoje v podaljšanem bivanju. Starši so v večini (89 %) odgovarjali, da naj bi profesor športne vzgoje s pripravljenim programom otroke sproščal, animiral in učil raznih gibalnih znanj in kvalitetnega preživljanja prostega časa. Peščica (8 %) jih meni, naj bi profesor športne vzgoje skrbel za sprostitev otrok z različnimi elementarnimi igrami, še manj (3 %) pa jih misli, da bi profesor športne vzgoje animiral otroke, da se v podaljšanem bivanju ne bi dolgočasili.

7. Ali se vaš otrok v prostem času vključuje v organizirane športne programe, za katere je potrebno plačevati, in koliko ur na teden poteka taka vadba?

Tabela 12: Ali se vaš otrok v prostem času vključuje v organizirane športne programe, za katere je potrebno plačevati, in koliko ur na teden poteka taka vadba?

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Enkrat na teden	19	19
Dvakrat na teden	38	38
Trikrat ali večkrat na teden	25	25
Se ne udeležuje športne vadbe	18	18
Skupaj	100	100



Graf 7: Ali se vaš otrok v prostem času vključuje v organizirane športne programe, za katere je potrebno plačevati, in koliko ur na teden poteka taka vadba?

Tabela 12 in graf 7 prikazujeta, koliko otrok se vključuje v organizirano športno vadbo, ki jo je potrebno plačati, in koliko ur na teden taka vadba poteka.

Največ otrok (38 %) se vključuje v plačljive športne programe dvakrat na teden, sledijo otroci (25 %), ki so v teh programih aktivni trikrat ali večkrat na teden, enkrat na teden je v športno plačljivih programih aktivnih nekoliko manj otrok (19 %). Na zadnjem mestu (18 %) pa so otroci, ki se ne udeležujejo plačljive športne vadbe.

Veliko število otrok (kar 82 %) se torej vključuje v plačljive športne programe, kar je za starše s finančne plati lahko precej obremenjujoče.

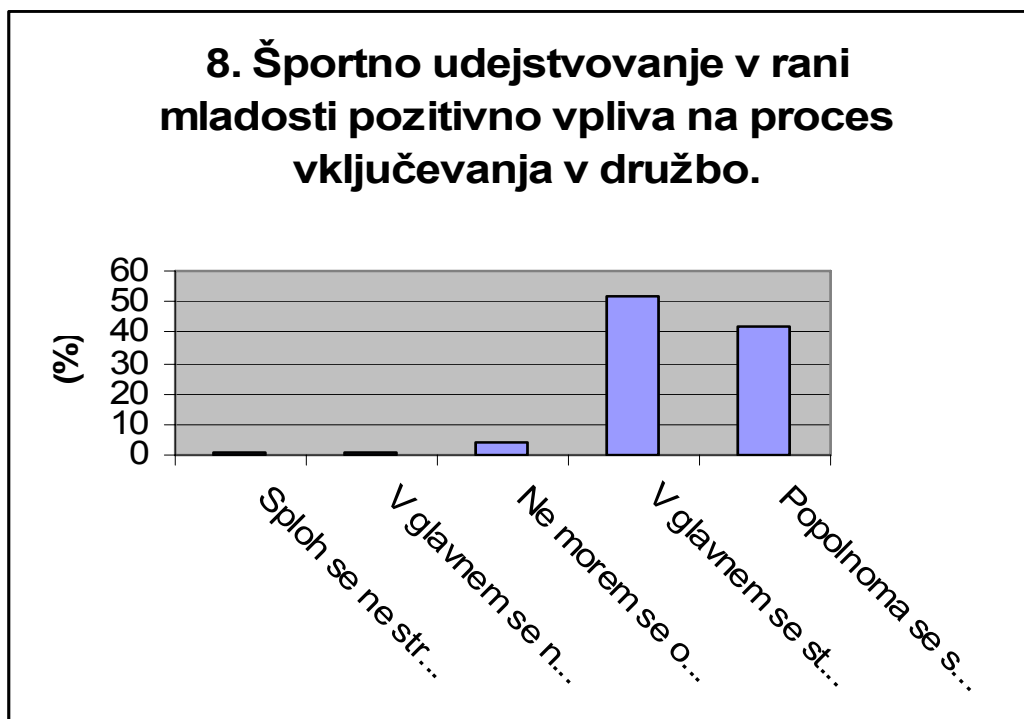
UČINKI ŠPORTNEGA UDEJSTVOVANJA

8. Športno udejstvanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces vključevanja v družbo.

8.1. Vključevanje v družbo

Tabela 13: Športno udejstvanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces vključevanja v družbo.

Možni odgovori	Št. Odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	1	1
V glavnem se ne strinjam	1	1
Ne morem se odločiti	4	4
V glavnem se strinjam	52	52
Popolnoma se strinjam	42	42
Skupaj	100	100



Graf 8: Športno udejstvanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces vključevanja v družbo.

Večina staršev (94 %) se strinja, da športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces vključevanja v družbo, kar je razvidno tudi iz tabele 13 in grafa 8. Le peščica staršev (4 %) se ni mogla odločiti, kako pomembno je športno udejstvovanje za proces vključevanja v družbo. Dva starša pa sta bila proti temu, da bi športno udejstvovanje pripomoglo k vključevanju v družbo.

8.2 Sprejemanje in spoštovanje razlik med ljudmi oz. strpnosti

Tabela 14: Športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja in spoštovanja razlik med ljudmi oz. strpnosti.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	6	6
Ne morem se odločiti	11	11
V glavnem se strinjam	42	42
Popolnoma se strinjam	41	41
Skupaj	100	100



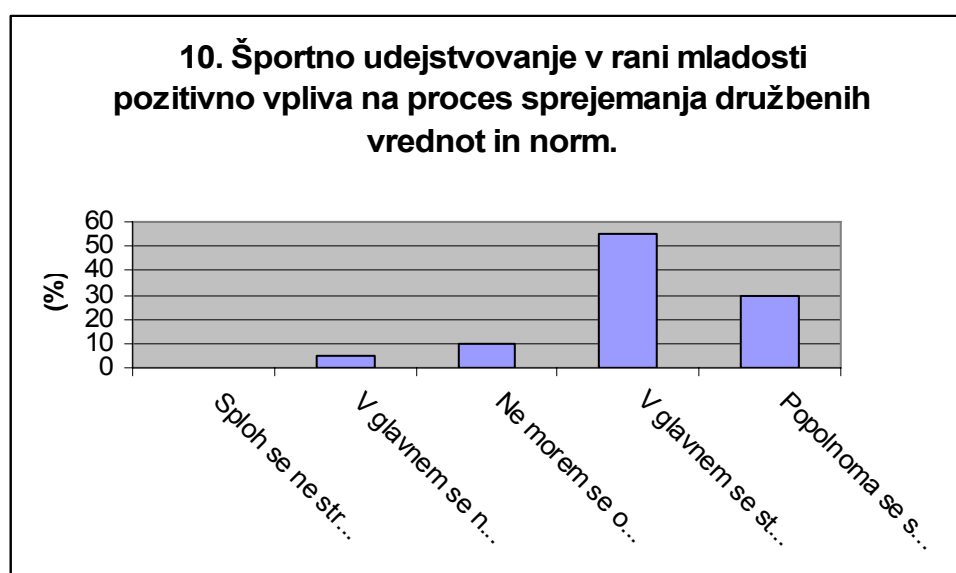
Graf 9: Športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja in spoštovanja razlik med ljudmi oz. strpnosti.

S trditvijo, da športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja in spoštovanja razlik med ljudmi oz. strpnosti, se popolnoma (41%) oz. v glavnem (42 %) strinja večina staršev (tabela 14 in graf 9). Nekateri (11%) se niso mogli odločiti, ali športno udejstvovanje resnično pripomore k sprejemanju in spoštovanju razlik med ljudmi oz. strpnosti. Manj pa je staršev (6 %), ki se ne strinjajo, da bi športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vplivalo na proces sprejemanja in spoštovanja razlik med ljudmi oz. strpnosti

8.3 Sprejemanje družbenih vrednot in norm

Tabela 15: Športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja družbenih vrednot in norm.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	5	5
Ne morem se odločiti	10	10
V glavnem se strinjam	55	55
Popolnoma se strinjam	30	30
Skupaj	100	100



Graf 10: Športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja družbenih vrednot in norm.

Da športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja družbenih vrednot in norm, se popolnoma (30 %) oz. v glavnem (50 %) strinja večina staršev (tabela 15 in graf 10).

8.4 Sprejemanje pravil

Tabela 16: Športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja pravil.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	1	1
Ne morem se odločiti	0	0
V glavnem se strinjam	41	41
Popolnoma se strinjam	58	58
Skupaj	100	100



Graf 11: Športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja pravil.

Iz tabele 16 in grafa 11 je razvidno, da se s trditvijo, da športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces sprejemanja pravil, popolnoma (58 %) oz. v glavnem (41 %) strinja večina staršev.

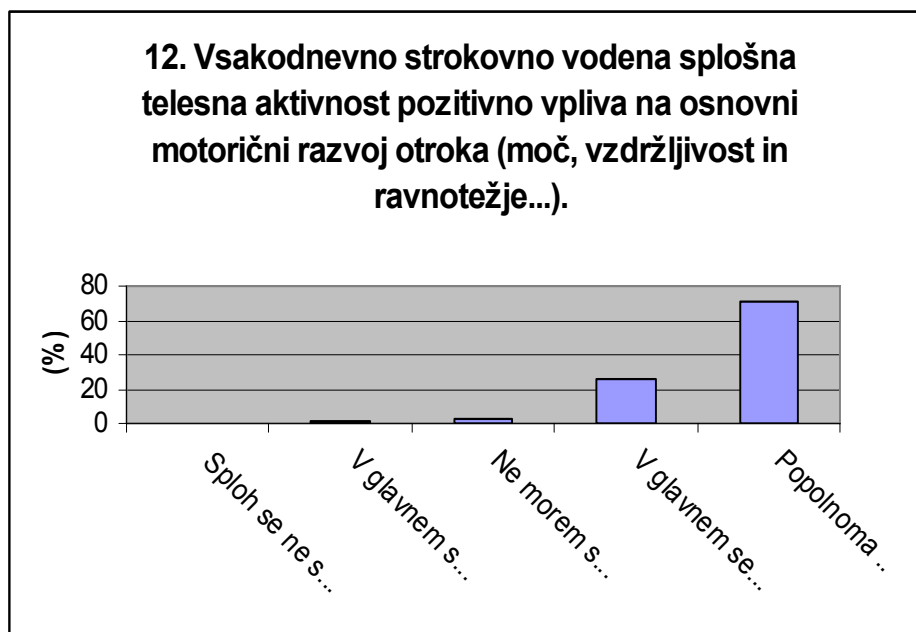
Večina staršev se popolnoma ali v glavnem strinja, da športno udejstvovanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces vključevanja v družbo, na proces sprejemanja in spoštovanja razlik med ljudmi oz. strpnosti, na proces sprejemanja družbenih vrednot in norm ter na proces sprejemanja pravil.

Zavedanje staršev o teh pozitivnih učinkih športa se mi zdi zelo pozitivno in napredno.

9. Vsakodnevno strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na osnovni motorični razvoj otroka (moč, vzdržljivost in ravnotežje ...).

Tabela 17: Vsakodnevno strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na osnovni motorični razvoj otroka (moč, vzdržljivost in ravnotežje ...).

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	1	1
Ne morem se odločiti	2	2
V glavnem se strinjam	26	26
Popolnoma se strinjam	71	71
Skupaj	100	100



Graf 12: Vsakodnevno strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na osnovni motorični razvoj otroka (moč, vzdržljivost in ravnotežje ...).

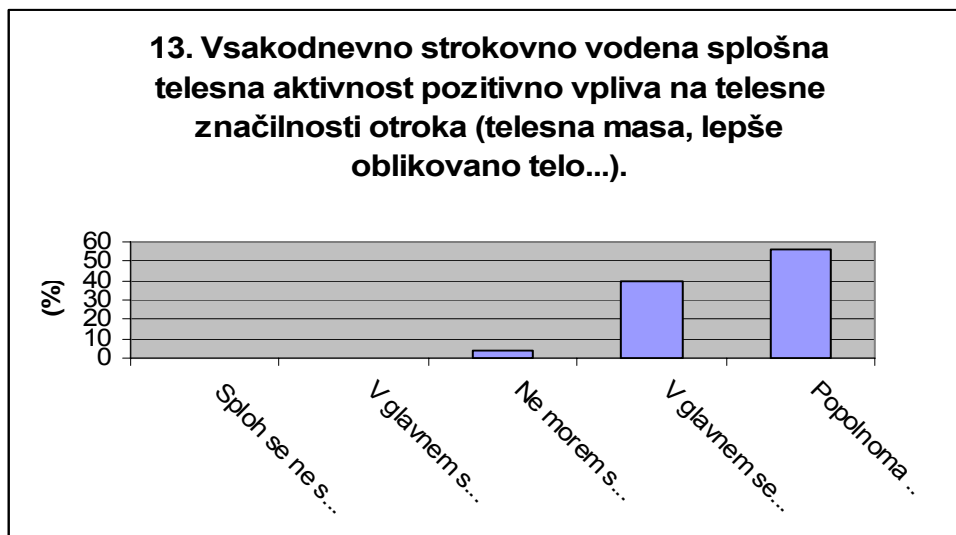
Tabela 17 in graf 12 prikazujeta, da se starši v večini popolnoma (71 %) in pa v glavnem (26 %) strinjajo, da vsakodnevno strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na osnovni motorični razvoj otroka (moč, vzdržljivost in ravnotežje ...).

Razmišljanje staršev je spodbudno za našo stroko, saj kaže na to, da staršem veliko pomeni strokovno delo z njihovimi otroki, ki ga na področju telesne aktivnosti v največji meri lahko nudi profesor športne vzgoje.

10. Vsakodnevno strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na telesne značilnosti otroka (telesna masa, lepše oblikovano telo ...).

Tabela 18: Vsakodnevno strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na telesne značilnosti otroka (telesna masa, lepše oblikovano telo ...).

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	0	0
Ne morem se odločiti	4	4
V glavnem se strinjam	40	40
Popolnoma se strinjam	56	56
Skupaj	100	100



Graf 13: Vsakodnevno strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na telesne značilnosti otroka (telesna masa, lepše oblikovano telo ...).

Tabela 18 in graf 13 prikazujeta, da se starši v večini popolnoma (56 %) in v glavnem (40 %) strinjajo, da vsakodnevno, strokovno vodena splošna telesna aktivnost pozitivno vpliva na telesne značilnosti otroka (telesna masa, lepše oblikovano telo ...).

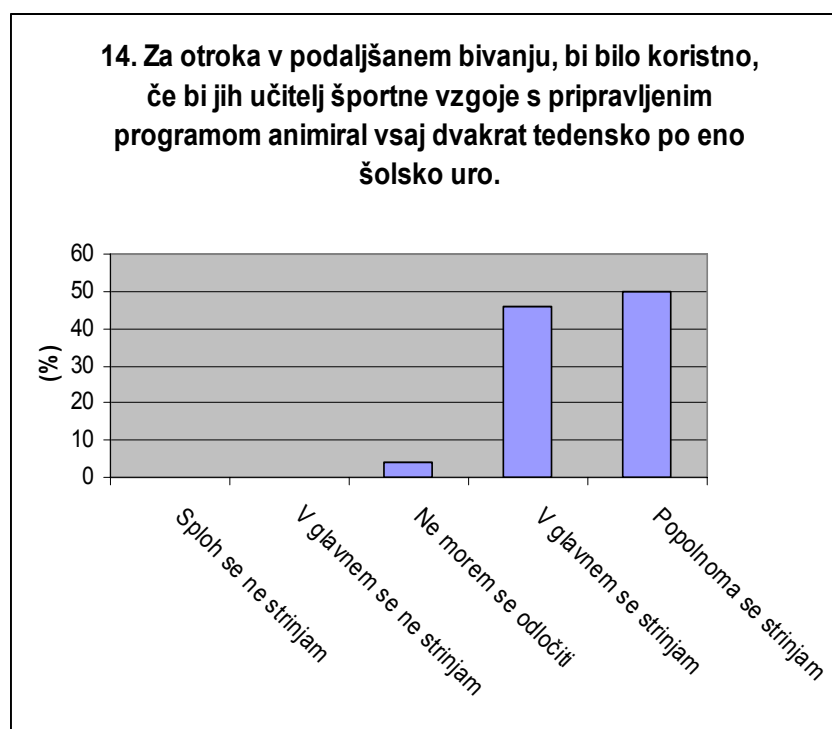
Rezultati kažejo naklonjenost staršev do strokovnega dela, kar je zopet spodbudno za našo stroko.

UČITELJ ŠPORTNE VZGOJE V PODALJŠANEM BIVANJU

11.1. Za otroke v podaljšanem bivanju bi bilo koristno, če bi jih učitelj športne vzgoje s pripravljenim programom animiral vsaj dvakrat tedensko po eno šolsko uro.

Tabela 19: Za otroke v podaljšanem bivanju bi bilo koristno, če bi jih učitelj športne vzgoje s pripravljenim programom animiral vsaj dvakrat tedensko po eno šolsko uro.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	0	0
Ne morem se odločiti	4	4
V glavnem se strinjam	46	46
Popolnoma se strinjam	50	50
Skupaj	100	100



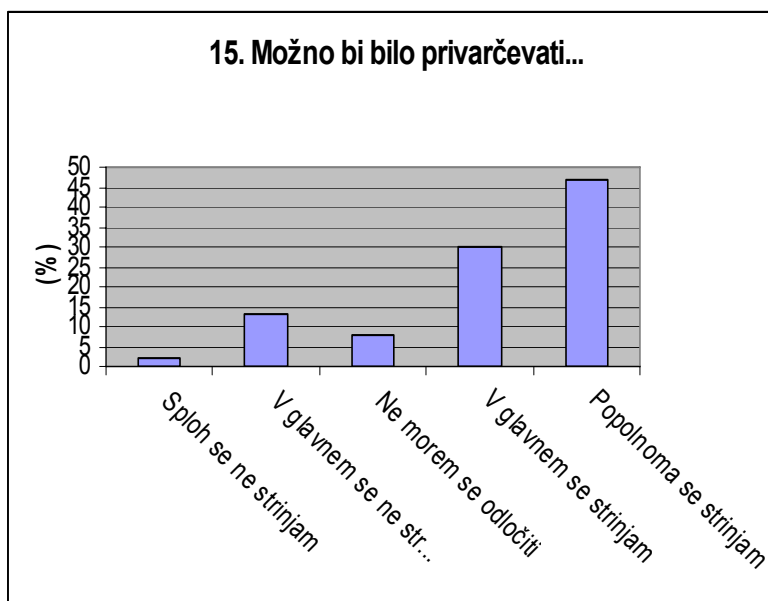
Graf 14: Za otroke v podaljšanem bivanju bi bilo koristno, če bi jih učitelj športne vzgoje s pripravljenim programom animiral vsaj dvakrat tedensko po eno šolsko uro.

Tabela 19 in graf 14 pričata, da se večina staršev popolnoma (50 %) in v glavnem (46 %) strinja, da bi bilo za otroke v podaljšanem bivanju koristno, če bi jih učitelj športne vzgoje s pripravljenim programom animiral vsaj dvakrat tedensko po eno šolsko uro.

11.2 Možno bi bilo privarčevati, če bi se športne animacije redno izvajale v šoli v okviru podaljšanega bivanja, saj bi otrok svoje potrebe po gibanju zadovoljil v šoli, pod strokovnim vodstvom, in ga ne bi bilo potrebno vpisovati v plačljive športne programe.

Tabela 20: Možno bi bilo privarčevati, če bi se športne animacije redno izvajale v šoli v okviru podaljšanega bivanja, saj bi otrok svoje potrebe po gibanju zadovoljil v šoli, pod strokovnim vodstvom, in ga ne bi bilo potrebno vpisovati v plačljive športne programe.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	2	2
V glavnem se ne strinjam	13	13
Ne morem se odločiti	8	8
V glavnem se strinjam	30	30
Popolnoma se strinjam	47	47
Skupaj	100	100



Graf 15: Možno bi bilo privarčevati, če bi se športne animacije redno izvajale v šoli v okviru podaljšanega bivanja, saj bi otrok svoje potrebe po gibanju zadovoljil v šoli, pod strokovnim vodstvom, in ga ne bi bilo potrebno vpisovati v plačljive športne programe.

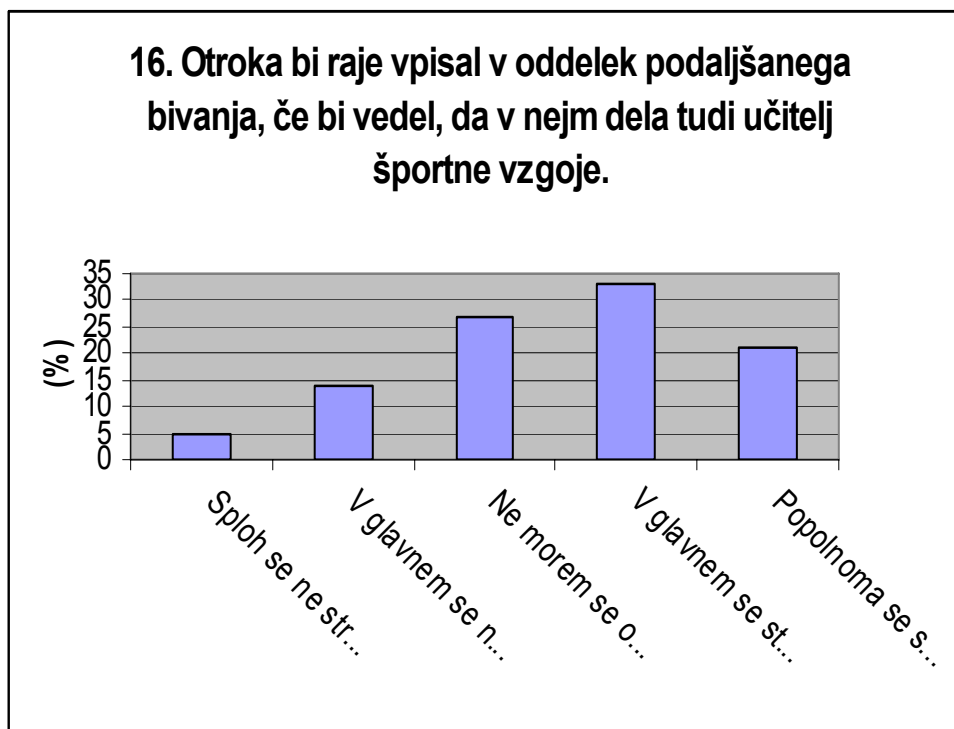
Tabela 20 in graf 15 kažeta na to, da se večina (47 % popolnoma in v glavnem 30 %) staršev strinja, da bi bilo možno privarčevati, če bi se športne animacije redno izvajale v šoli v okviru podaljšanega bivanja, saj bi otrok svoje potrebe po gibanju zadovoljil v šoli, pod strokovnim vodstvom, in ga ne bi bilo potrebno vpisovati v plačljive športne programe.

Finančno obremenjeni starši bi lahko na ta način privarčevali denar, na svoj račun pa bi prišli predvsem otroci staršev, ki nimajo sredstev, da bi svojemu otroku plačevali vse dražje storitve klubov oz. društev.

11.3 Otroka bi raje vpisal v oddelek podaljšanega bivanja, če bi vedeli, da v njem dela tudi učitelj športne vzgoje.

Tabela 21: Otroka bi raje vpisal v oddelek podaljšanega bivanja, če bi vedeli, da v njem dela tudi učitelj športne vzgoje.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	5	5
V glavnem se ne strinjam	14	14
Ne morem se odločiti	27	27
V glavnem se strinjam	33	33
Popolnoma se strinjam	21	21
Skupaj	100	100



Graf 16: Otroka bi raje vpisal v oddelek podaljšanega bivanja, če bi vedeli, da v njem dela tudi učitelj športne vzgoje.

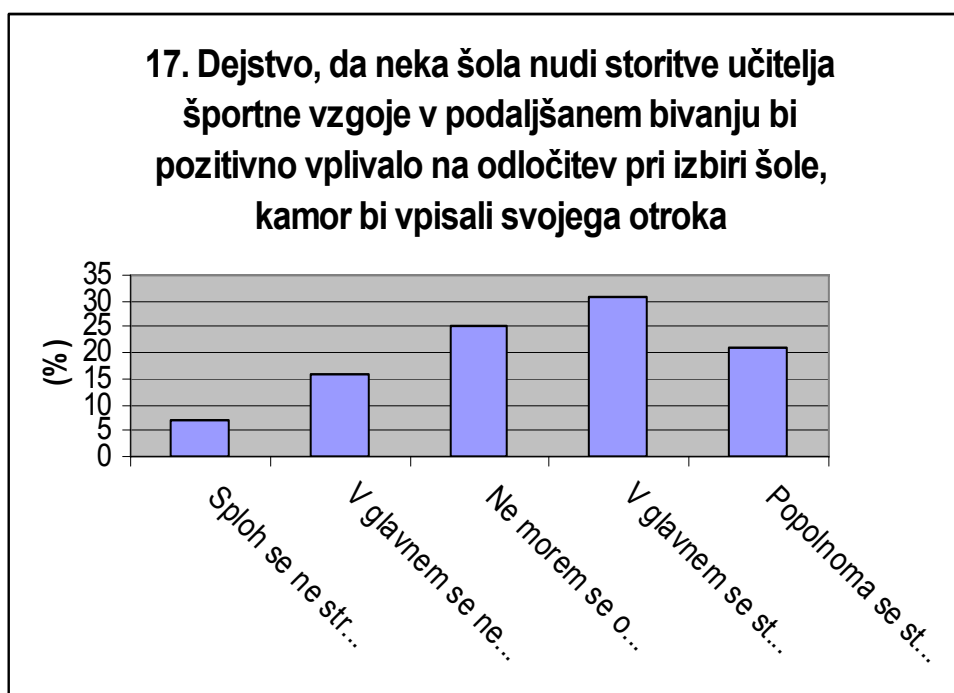
Večina staršev se v glavnem (33 %) in popolnoma (21 %) strinja, da bi otroka raje vpisali v oddelek podaljšanega bivanja, če bi vedeli, da v njem dela tudi učitelj športne vzgoje (tabela 21 in graf 16). Precejšen delež staršev (27 %) pa se ni mogel odločiti, ali bi to vplivalo na njihovo odločitev.

Da so starši tako neodločni pri tej trditvi, gre verjetno na račun stalne prakse, kjer še vedno v veliki večini v oddelkih podaljšanega bivanja delajo učitelji razrednega pouka.

11.4 Dejstvo, da neka šola nudi storitve učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju, bi pozitivno vplivalo na odločitev pri izbiri šole, kamor bi vpisali svojega otroka.

Tabela 22: Dejstvo, da neka šola nudi storitve učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju, bi pozitivno vplivalo na odločitev pri izbiri šole, kamor bi vpisali svojega otroka.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	7	7
V glavnem se ne strinjam	16	16
Ne morem se odločiti	25	25
V glavnem se strinjam	31	31
Popolnoma se strinjam	21	21
Skupaj	100	100



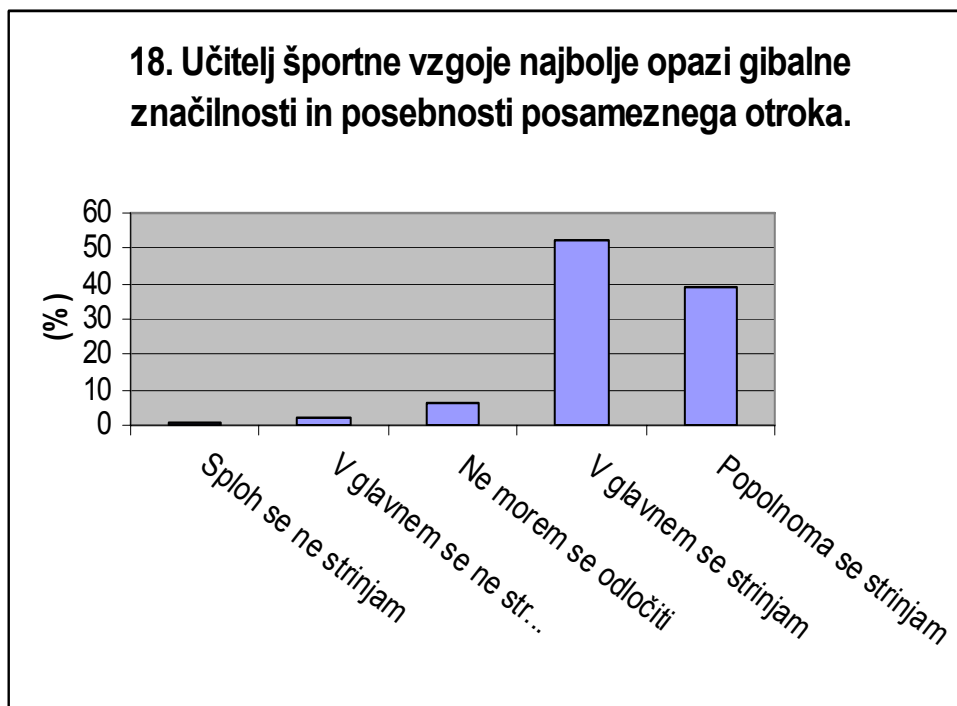
Graf 17: Dejstvo, da neka šola nudi storitve učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju, bi pozitivno vplivalo na odločitev pri izbiri šole, kamor bi vpisali svojega otroka.

Večina staršev se v glavnem (31 %) in popolnoma (21 %) strinja, da bi dejstvo, da neka šola nudi storitve učitelja športne vzgoje v podaljšanem bivanju, pozitivno vplivalo na odločitev pri izbiri šole, kamor bi vpisali svojega otroka (tabela 22 in graf 17). Kar četrtnina staršev se ne more odločiti, ali bi to dejstvo vplivalo na njihovo odločitev pri izbiri šole za njihovega otroka.

11.5 Učitelj športne vzgoje najbolje opazi gibalne značilnosti in posebnosti posameznega otroka.

Tabela 23: Učitelj športne vzgoje najbolje opazi gibalne značilnosti in posebnosti posameznega otroka.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	1	1
V glavnem se ne strinjam	2	2
Ne morem se odločiti	6	6
V glavnem se strinjam	52	52
Popolnoma se strinjam	39	39
Skupaj	100	100



Graf 18: Učitelj športne vzgoje najbolje opazi gibalne značilnosti in posebnosti posameznega otroka.

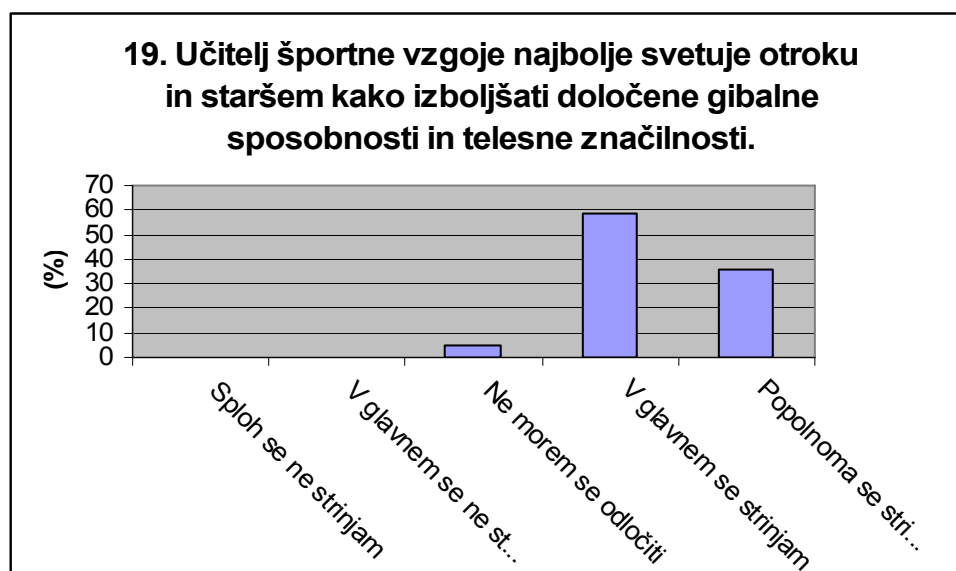
Tabela 23 in graf 18 kažeta, da se večina staršev v glavnem (52 %) in pa popolnoma (39 %) strinja, da učitelj športne vzgoje najbolje opazi gibalne značilnosti in posebnosti posameznega otroka.

Zavedanje staršev se mi zdi zopet spodbudno za našo stroko in pohvalno za učitelje športne vzgoje, saj menim, da so pozitivni rezultati pri tem odgovoru rezultat povratnih informacij, s katerimi učitelji športne vzgoje ne skoparijo.

11.6 Učitelj športne vzgoje najbolje svetuje otroku in staršem, kako izboljšati določene gibalne sposobnosti in telesne značilnosti.

Tabela 24: Učitelj športne vzgoje najbolje svetuje otroku in staršem, kako izboljšati določene gibalne sposobnosti in telesne značilnosti.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	0	0
Ne morem se odločiti	5	5
V glavnem se strinjam	59	59
Popolnoma se strinjam	36	36
Skupaj	100	100



Graf 19: Učitelj športne vzgoje najbolje svetuje otroku in staršem, kako izboljšati določene gibalne sposobnosti in telesne značilnosti.

Tabela 24 in graf 19 kažeta, da se velika večina staršev v glavnem (59 %) in popolnoma (36 %) strinja, da učitelj športne vzgoje najbolje svetuje otroku in staršem, kako izboljšati določene gibalne sposobnosti in telesne značilnosti.

11.7. Učitelj športne vzgoje je najprimernejši za izpeljavo raznih športnih dejavnosti, ki potekajo v okviru podaljšanega bivanja.

Tabela 25: Učitelj športne vzgoje je najprimernejši za izpeljavo raznih športnih dejavnosti, ki potekajo v okviru podaljšanega bivanja.

Možni odgovori	Št. odgovorov	Odstotki
Sploh se ne strinjam	0	0
V glavnem se ne strinjam	3	3
Ne morem se odločiti	10	10
V glavnem se strinjam	53	53
Popolnoma se strinjam	34	34
Skupaj	100	100



Graf 20: Učitelj športne vzgoje je najprimernejši za izpeljavo raznih športnih dejavnosti, ki potekajo v okviru podaljšanega bivanja.

Iz tabele 25 in grafa 20 tako razberemo, da se večina staršev v glavnem (53 %) in popolnoma (34 %) strinja, da je učitelj športne vzgoje najprimernejši za izpeljavo raznih športnih dejavnosti, ki potekajo v okviru podaljšanega bivanja.

6. RAZPRAVA

V podaljšano bivanje je vključenih vse več otrok, saj nam hitrost našega življenja ne pusti dovolj prostega časa, da bi starši lahko sami celostno vzgajali otroka. Zato je smiselno razmišljati o tem, da se kvaliteta podaljšanega bivanja dvigne na najvišjo možno raven.

Spodbudno družinsko okolje pozitivno vpliva na oblikovanje otrokove osebnosti in njegovih vrednot. Otrok prevzema navade, stališča in vrednote staršev, zato je ukvarjanje s športom znotraj družine zelo pomembno za otrokovo nadaljnjo športno dejavnost in sprejemanja športa kot vrednote.

Večina staršev preučevanega vzorca se po našem mnenju premalo športno udeležuje. Večina se jih namreč s športom ukvarja 1-krat tedensko, čemur verjetno botruje pomanjkanje časa in današnji delovni tempo življenja. Kljub temu pa se starši zelo dobro zavedajo pozitivnih učinkov športnega udeleževanja svojih otrok.

Večina staršev se namreč popolnoma oz. v glavnem strinja, da športno udeleževanje v rani mladosti pozitivno vpliva na proces vključevanja otrok v družbo, na proces sprejemanja in spoštovanja razlik med ljudmi oz. strpnosti, na proces sprejemanja družbenih vrednot in norm ter na proces sprejemanja pravil.

Prav tako se večina staršev popolnoma oz. v glavnem strinja, da vsakodnevna, strokovno vodena telesna aktivnost pozitivno vpliva tudi na telesne značilnosti otroka (telesna masa, lepše oblikovano telo, ... kakor tudi na njegov osnovni motorični razvoj.

Glede na to, da se pozitivnih učinkov športnega udeleževanja starši zelo dobro zavedajo, nas je v raziskovalnem delu tega diplomskega dela zanimalo tudi, ali starši menijo, da so njihovi otroci dovolj telesno aktivni v okviru dopoldanskega pouka in podaljšanega bivanja. Večina jih sicer meni, da so njihovi otroci v okviru rednega dopoldanskega pouka in podaljšanega bivanja dovolj aktivni, ni pa zanemarljiv podatek, da jih več kot tretjina meni, da otroci v šoli niso dovolj telesno aktivni.

Tukaj bi bilo morda smiselno vprašati starše, ki menijo, da so otroci v dopoldanskem času premalo aktivni, ali morda vidijo problem v premajhnem številu ur, namenjenih športni vzgoji, ali morda v izpeljavi same ure športne vzgoje s strani razredne učiteljice.

Menimo, da bi odstotek zadovoljnih staršev glede količine telesne aktivnosti v podaljšanem bivanju lahko bil višji, saj ima učitelj podaljšanega bivanja za izbor dejavnosti, ki naj bi se v popoldanskem času odvijale, več svobode in je možnosti za izpeljavo športnih vsebin veliko več kot v dopoldanskem času.

Starši vedo, da njihove otroke v podaljšanem bivanju v večini poučujejo razredne učiteljice. Najprimernejši za delo v oddelku podaljšanega bivanja je po njihovem mnenju razredni učitelj, že na drugo mesto pa postavljajo profesorja športne vzgoje. Iz dobljenih podatkov lahko sklepamo, da imajo starši pozitivno stališče do profesorja športne vzgoje v podaljšanem bivanju, ki naj bi otroke s pripravljenim programom predvsem sproščal, animiral in učil raznih gibalnih znanj in kvalitetnega preživljanja prostega časa.

Večina staršev se strinja, da bi bilo za otroke v podaljšanem bivanju koristno, če bi jih profesor športne vzgoje s pripravljenim programom animiral vsaj dvakrat tedensko po eno šolsko uro.

Zavedajo se, da bilo možno privarčevati, če bi se športne animacije redno izvajale v šoli v okviru podaljšanega bivanja, saj bi otrok tako potrebe po gibanju zadovoljil v šoli, pod strokovnim vodstvom, in ga ne bi bilo potrebno vpisovati v plačljive športne programe, v katere je vsaj dvakrat tedensko vključena večina otrok staršev preučevanega vzorca.

Več kot polovica staršev bi raje vpisala svojega otroka v oddelek podaljšanega bivanja ali šolo, na kateri nudi svoje storitve tudi profesor športne vzgoje.

Štemberger (2005) pravi: »Žal rezultati raziskave (Štemberger, 2003) kažejo, da so težave že pri realizaciji obveznega programa (predvsem z vidika kakovosti – krajše ure športne vzgoje, nerealizirane ure športne vzgoje, nadomeščanje ur športne

vzgoje z drugimi »pomembnejšimi« predmeti v nižjih razredih osnovne šole - je prav športna vzgoja za celostni razvoj otroka in njegove (ne)uspehe na ostalih področjih najpomembnejši šolski predmet, enolična izvedba športnih dni, premajhna ponudba športnih interesnih dejavnosti) in da dejavnosti razširjenega programa na marsikateri šoli sploh ne izvajajo.«

7. SKLEP

Otroku v podaljšanem bivanju zelo pomembno pokazati, kako se aktivno in kvalitetno preživlja prosti čas. In šport je vsekakor primeren način. Ta leta (od 6. do 12. leta) so za otrokov razvoj in za osvajanje gibalnih navad zelo pomembna. Mislimo, da so tri ure športne vzgoje na teden za te otroke iz zgoraj navedenega razloga premalo, zato je lahko profesor športne vzgoje z vsem svojim znanjem v podaljšanem bivanju zelo koristen. Tako imajo lahko učenci vsak dan vsaj eno uro vodeno športno aktivnost; kajti, če na dopoldanskem urniku ni športne vzgoje, to še ne pomeni, da je otrokom res ne moremo nuditi. Učitelj pa ima pri tem zelo pomembno vlogo, saj so otroci, ki so vključeni v oddelek podaljšanega bivanja, večji del dneva v šoli in je glavna odgovornost za njihov razvoj v naših rokah. Prav iz tega razloga so nas zanimala stališča staršev do profesorjev športne vzgoje v podaljšanem bivanju.

Zato smo se v praktičnem delu odločili raziskati, v kolikšni meri se starši zavedajo samih učinkov športnega udejstvovanja v rani mladosti ter kakšna stališča imajo do profesorja športne vzgoje v podaljšanem bivanju.

Rezultati anketnega vprašalnika so bili zelo vzpodbudni. Visok delež staršev se popolnoma oz. v glavnem strinja, da športno udejstvovanje v ranem otroštvu pozitivno vpliva na socializacijske procese, na motorični razvoj kot tudi na telesne značilnosti otroka.

Naklonjeni so ideji, da bi otroke v podaljšanem bivanju animiral profesor športne vzgoje, saj ta po njihovem mnenju najbolje opazi gibalne in telesne značilnosti otrok, zaradi česar lahko tudi najbolje svetuje otroku in predvsem staršem, kako jih izboljšati.

Velika večina staršev se strinja, da je profesor športne vzgoje najprimernejši za izpeljavo raznih športnih dejavnosti, ki potekajo v okviru podaljšanega bivanja, saj lahko najbolje opazi gibalne značilnosti in posebnosti posameznega otroka, zaradi česar se verjetno tudi v veliki večini strinjajo, da lahko profesor športne vzgoje najbolje svetuje otroku in staršem, kako izboljšati določene gibalne sposobnosti in telesne značilnosti. Velika večina staršev je mnenja, da je profesor športne vzgoje

najprimernejši za izpeljavo raznih športnih dejavnosti, ki potekajo v okviru podaljšanega bivanja.

Kljub spodbudnim rezultatom pa se zdi staršem za delo v oddelku podaljšanega bivanja najbolj primerna razredna učiteljica. Morda bi bilo zanimivo raziskati, zakaj so takega mnenja in v kolikšni meri so naklonjeni profesorju športne vzgoje za izpeljavo tudi ostalih dejavnosti podaljšanega bivanja – ustvarjalnega preživljanja prostega časa, samostojnega učenja in prehrane.

Prosti čas je v strukturi dnevnih aktivnosti pomembna sestavina vsakodnevnega življenja učencev. V prostem času se učenci sprostijo, zato je protiutež šolskim in drugim obveznostim, ki jih morajo vsakodnevno izpolnjevati. Vsakodnevna športna aktivnost v šoli otroke razbremeni tako telesno kot tudi duševno, ukvarjanje s športom pa ima tudi daljnoročne smotre. Že v osnovni šoli jim moramo privzgojiti odnos do zdravega življenja, ustreznega razmerja med delom in počitkom; če jih naučimo, kako se lahko aktivno spočijejo v naravi, namesto posedanja pred televizijo in računalnikom, se bodo vedno vračali k njej: v otroštvu kot otroci, kasneje pa tudi kot odrasli ljudje z družinami.

8. LITERATURA

Bučar Pajek, M., Strel, J., Kovač, M. in Pajek, J. (2004a). Naraščanje prekomerne telesne teže in debelosti šoloobveznih otrok v starosti 7 do 10 let – nova epidemija dejavnikov tveganja? V *Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole* (str. 30-38). Ljubljana: Fakulteta za šport.

Cavill, N. in Biddle, S. (2001). *What are the determinants of young people's participation in physical activity? Does activity in childhood continue into adulthood?* London: Young in Heart Conference, National Heart Forum.

Dežman, C. in Dežman, B. (1998). *Motorika z žogo v prvem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Dolar Bahovec, E. in Bregar Golobič, K. (2004). *Šola in vrtec skozi ogledalo*. Ljubljana: DZS.

Fras, Z. (2002). Aktivni življenjski slog otroka – dolgoročna naložba v zdravje. V: R. Pišot, V. Štemberger, F. Krpač, T. Filipčič (ur.). *Otrok v gibanju*, 20–28. 2. mednarodni znanstveni in strokovni posvet, Kranjska Gora. Zbornik prispevkov. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

Gavin, M.L., Dowshen, S.A. in Izenberg, N. (2007). *Otrok v formi*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Horvat, L. in Magajna, L. (1989). *Razvojna psihologija*. Ljubljana: DZS.

Hosta, M., Bučar Pajek, M., Čuk, I. in Videmšek, M., (2007). Otroška igra – veliko več kot zgolj igra. *Šport*, 55 (1), 17–25.

Jambrešič, M. (2004). *Analiza športnega programa ABC za otroke od drugega do devetega leta starosti*; diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Kos Knez, S. (2002). *Vzgojno-izobraževalno delo v podaljšanem bivanju v devetletni osnovni šoli: didaktični priročnik za vzgojno-izobraževalno delo v podaljšanem bivanju*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Kosec, M. in Mramor, M. (1991). *Športna vzgoja za predšolske otroke*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Kovač, M., Strel, J., Jurak, G. in Starc, G. (2004b). Nekatere spremembe v telesnem in gibalnem razvoju otrok in mladine v Sloveniji. V *Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole* (str. 5-30). Ljubljana: Fakulteta za šport.

Kovač, M., Strel, J., Jurak, G. (2004c). Izhodišča učiteljevega načrtovanja športne vzgoje v 1. triletju devetletne osnovne šole. V *Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole* (str. 38-49). Ljubljana: Fakulteta za šport.

Kovač, M., Novak, D. (1998). Športna vzgoja v prvem triletju osnovne šole. V *Športna vzgoja v luči novih možnosti in zahtev* (23-41). Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

Liddle, T. L. in Yorke, L. (2004). *Why motor skills matter*. USA: The McGraw-Hill Companies.

Marjanovič Umek, L. (2001). *Psihologija otroške igre: od rojstva do vstopa v šolo*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.

Metelko, A. (1986). *Delo v oddelkih podaljšanega bivanja v osnovni šoli*. Ljubljana: Zavod SR Slovenije za šolstvo.

Mišigoj Duraković, M. in sodelavci. (2003). *Telesna vadba in zdravje*. Ljubljana: FŠ, Zavod za šport Slovenije; Zagreb: Kineziološka fakulteta.

Musek, J. (1994). *Psihologija. Človek in družbeno okolje*. Ljubljana: Educy.

Novak, H. (1974). *Razvoj podaljšanega bivanja v osnovnih šolah SR Slovenije*. Groblje: Pedagoški inštitut pri univerzi v Ljubljani.

Pistotnik, B. (1995). *Vedno z igro*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Pišot, R. (2003). *Gibalni razvoj otroka in njegova vloga v celostnem razvoju*. V: Konda, B. (ur.). *Pomen gibanja za razvoj otroka*, (str. 82–90). Ljubljana: Fit Slovenija.

Planinšec, J., Fošnarič, S. in Pišot, R. (2006). Prevalenca čezmerne telesne teže in debelosti med otroki v severovzhodni Sloveniji. *Zdravstveno varstvo*, 45 (3), 140–149.

Razdevšek Pučko, C. (1990). *Vzgojno-izobraževalna stališča učiteljev in njihov vpliv na učno uspešnost in osebnostni razvoj osnovnošolskih otrok* (elaborat); Ljubljana; str. 8-14.

Schmidt, M. (2001). *Socialna integracija otrok s posebnimi potrebami v osnovno šolo*. Maribor: Pedagoška fakulteta; str. 44-52.

Sluga, S. (1981). *Telesna vzgoja za nižje razrede osnovne šole*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Šugman, R. (2004). *Hura, igrjmo se v prostem času*. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.

Škof, B., Zabukovec, V., Cecić Erpič, S., Boben, D. (2005). *Pedagoško-psihološki vidiki športne vzgoje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Štemberger, V. (2005) *Kakovost športnovzgojnega procesa v nižjih razredih osnovne šole*. Pridobljeno 16. 12. 2007, iz <http://www2.pef.uni-lj.si>.

Šugman, R. (2004). *Hura, igrjmo se v prostem času*. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.

Tancig, S. (1987). *Izbrana poglavja iz psihologije telesne vzgoje in športa*. Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo.

Trdina, J. (1979). *Tudi predšolski otrok telovadi*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Učni načrt: program osnovnošolskega izobraževanja. Športna vzgoja. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.

Ule, M. (1994). *Temelji socialne psihologije*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

Videmšek, M. (2007). Pasivni starši, zbudite se! *Polet*, 6 (4), 54–55.

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

Zakon o osnovni šoli, Ur. List RS, št. 5-281/80.