

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

PETRA ZAPLATIČ

Ljubljana 2009

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
Specialna športna vzgoja
Elementarna športna vzgoja

GIBALNA DEJAVNOST PREDŠOLSКИH OTROK IN NJIHOVIH STARŠEV V POSAVSKI REGIJI

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA

Izr. prof. dr. Mateja Videmšek

RECENZENT

Izr. prof. dr. Damir Karpljuk

KONZULTANT

Izr. prof. dr. Jože Štihec

AVTORICA DELA

Petra Zaplatič

Ljubljana, 2009

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorici, izredni profesorici dr.
Mateji Videmšek, za vse nasvete in pomoč pri
nastajanju diplomskega dela.

Posebna zahvala tudi moji družini in prijateljem, ki
so verjeli vame in mi vsa leta študija stali ob strani.

Ključne besede: predšolski otroci, starši, gibalna dejavnost, vrtec, Posavje

GIBALNA DEJAVNOST PREDŠOLSKIH OTROK IN NJIHOVIH STARŠEV V POSAVSKI REGIJI

Petra Zaplatič

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2009

Specialna športna vzgoja, elementarna športna vzgoja

Število strani: 67; število tabel: 17; število slik: 20; število prilog: 1.

IZVLEČEK

Z raziskavo smo želeli ugotoviti, kakšna je gibalna dejavnost predšolskih otrok in njihovih staršev v Posavski regiji. Želeli smo ugotoviti, ali so predšolski otroci v Posavski regiji dovolj športno dejavni. Zanimalo nas je, ali vrtci in društva v Posavju nudijo s svojim programom dovolj športne aktivnosti predšolskim otrokom. Ugotavljali smo, kakšna je ozaveščenost staršev o pomembnosti gibalne dejavnosti za njihove otroke. Prav tako smo želeli primerjati, kakšna je razlika v vrtcih na vasi in v mestu.

V vzorec smo zajeli 35 predšolskih otrok, starih 4–6 let in njihovih staršev. Otroci obiskujejo 4 različne vrtce v Posavju. To sta dva vrtca v mestu (Brežice in Krško) in dva vrtca na vasi (Artiče in Globoko).

Rezultati so pokazali, da so anketirani starši športno aktivni, vendar v povprečju premalo. Večina otrok se ukvarja s športno dejavnostjo. Nekaj več je športno aktivnih otrok na vasi kot pa v mestu. Neorganizirana športna dejavnost je med otroki bolj priljubljena od organizirane. Med najbolj priljubljeni spadata kolesarjenje in igre z žogo. Organizirana vadba je na drugi strani bolj slabo obiskana. Največ jih obiskuje splošno vadbo. Vsi starši so enakega mnenja, da je gibalna dejavnost pomembna za razvoj otroka in da vpliva predvsem na otrokov gibalni razvoj. Starši menijo, da je v Posavju dovolj možnosti za športno dejavnost predšolskih otrok in da so njihovi otroci v vrtcu dovolj gibalno dejavni.

Vsebina diplomskega dela je namenjena vsem, ki so kakor koli povezani z vzgojo in izobraževanjem na športnem področju, staršem in vsem drugim, ki se zavedajo pomembnosti redne športne vadbe za zdrav in celosten razvoj otroka. Namenjena je tudi tistim, ki bi radi kaj več naredili za boljšo gibalno dejavnost predšolskih otrok v Posavski regiji.

Key words: preschool children, parents, physical activity, kindergarten, Posavje

PHYSICAL ACTIVITY OF PRESCHOOL CHILDREN AND THEIR PARENTS IN THE POSAVJE REGION

Petra Zaplatič

University of Ljubljana, Faculty of Sports, 2009

Special physical education, elementary physical education

Number of pages: 67; number of tables: 17; number of pictures: 20; number of annexes: 1.

ABSTRACT

The purpose of the research was to find out the facts concerning physical activities of preschool children and their parents in the Posavje region. We wanted to see if these children in the Posavje region were physically active. Furthermore, we were also interested in whether the kindergartens and other clubs in this region offered the preschool children enough physical activities in their programmes. We tried to discover how their parents were aware of the importance of physical activities for their children. Another thing we tried to compare was the one dealing with the differences in the kindergartens situated in the village and in the town.

35 preschool children, aged 4 to 6, and their parents took part in the research. These children are from 4 different kindergartens in Posavje. Two of them are in the towns of Brežice and Krško, whereas the other two are placed in the villages of Artiče and Globoko.

The results show that the parents who took part in the research are physically active, but not enough. Most of their children are involved in physical activities. The children who live in the village are a bit more active than those living in the town. An unorganized physical activity is more popular among the children than the organized one. The favourite ones are cycling and ball games. On the other side the physical activities which are organized are less visited. Most of them prefer common trainings. All the parents agree that physical activity plays an important part in the development of a child, especially in his physical development. The region of Posavje offers enough possibilities for preschool children but the children who took part in the research are very active in their own kindergartens as well.

The contents of the diploma thesis is dedicated to those who are in any way associated with education, especially in the field of physical education, to parents and all others who are aware of the fact that a regular physical activity is essential for a child's healthy and entire development. It should be read also by those who would like to do something in order to improve physical activity of preschool children in the Posavje region.

KAZALO

1 UVOD	8
2 PREDMET IN PROBLEM	10
2.1 RAZVOJ OTROKA.....	12
2.1.1 Gibalni razvoj otroka	15
2.1.2 Telesni razvoj otroka	15
2.1.3 Osebnostni razvoj otroka	16
2.1.4 Socialni razvoj otroka.....	17
2.1.5 Čustveni razvoj otroka	17
2.2 POMEN GIBANJA ZA OTROKOV RAZVOJ	19
2.3 GIBALNA IGRA	20
2.4 STARŠI KOT PRVI UČITELJI SVOJIH OTROK.....	21
2.4.1 Vključevanje staršev v predšolsko športno vzgojo.....	22
2.4.2 Vpliv staršev na športno aktivnost otrok	23
2.5 POMEN IN VLOGA ŠPORTA V ŽIVLJENJU SODOBNE DRUŽINE	25
3 CILJI	27
4 METODE DELA.....	28
4.1 VZOREC MERJENCEV	28
4.2 VZOREC SPREMENLJIVK.....	28
4.3 ORGANIZACIJA IN ZBIRANJE PODATKOV	28
4.4 METODE OBDELAVE PODATKOV.....	28
5 REZULTATI.....	29
6 RAZPRAVA	50
7 SKLEP	58
8 LITERATURA	60
9 PRILOGE.....	63
9.1 PRILOGA 1 – ANKETNI VPRAŠALNIK	63

1 UVOD

V današnjem času je vse bolj pomembno gibanje. Potreba po gibanju se kaže že pri zarodku, ki se giblje v maternici, se nadaljuje v obdobju novorojenčka in malčka ter skozi celotno življenjsko obdobje do pozne starosti. Ravno zato je še kako pomembno, da že najmlajšim ponudimo kvalitetno in pestro vadbo. Predšolsko obdobje in začetek šolskega obdobja sta namreč temelj gibalnega razvoja, saj je otrokov organizem ravno takrat najbolj izpostavljen vplivom iz okolja.

Potreba po gibanju je ena temeljnih potreb otroka že v zgodnjem otroštvu. Otroško telo neprestano raste in se razvija. Na rast in razvoj v veliki meri vpliva ravno gibanje. Z rastjo in razvojem se otrokove sposobnosti večajo in tako sta rast in razvoj v nenehni odvisnosti od gibanja in obratno (Videmšek in Pišot, 2007).

Večina strokovnjakov in raziskovalcev na področju predšolskih otrok se strinja, da se celoten razvoj otroka začne z gibanjem. Otrokom moramo dati ustrezne pogoje, da se bodo čim bolj motorično razvijali preko različnih načinov gibanja (plazenje, lazenje, plezanje, valjanje, skakljanje, premagovanje ovir, visenje ...). Na ta način jim omogočimo, da si pridobivajo čim več različnih izkušenj, s katerimi razvijajo svojo kreativnost in samozavest. Torej z gibalnimi programi vplivamo na pospešeno rast ostalih področij razvoja.

Gibalni razvoj je v razvoju človekovih funkcij v ospredju predvsem v prvih letih življenja. Razvoj poteka od naravnih oblik gibanja do zelo celostnih in skladnostno zahtevnejših športnih dejavnosti v povezavi z zorenjem, učenjem in posameznikovo lastno voljno aktivnostjo. V predšolskem obdobju otrok pridobiva raznovrstne izkušnje zlasti z igro (Videmšek in Pišot, 2007).

Igra je svobodna in ustvarjalna dejavnost, vpletena v življenje vseh otrok pa tudi odraslih, pomeni izziv in nove možnosti za spoznavanje samega sebe, drugih, za čudenje, iskanje, primerjanje, preizkušanje ... Z elementarnimi gibalnimi igrami otroci postopoma spoznavajo smisel in pomen upoštevanja pravil igre in krepijo medsebojne odnose, kar je zelo pomembno za otrokov celostni razvoj.

Če otrok nima možnosti za izvajanje različnih gibalnih dejavnosti, lahko zaostane v gibalnem razvoju. Da se to ne bi zgodilo, je dobro, da otroke že zelo zgodaj navajamo na gibanje doma in v naravi (Videmšek in Pišot, 2007).

Pomembno vlogo pri vzgoji otrok imajo strokovni delavci vrtca, saj se večina otrok s športno dejavnostjo prvič sreča v vrtcu. Zato mora biti učitelj zelo ustvarjalen, poln domišljije, znati se mora vživeti v svet otroka in gledati svet skozi otroške oči. Poznati

mora želje otrok, da lahko organizira smiselno, učinkovito in otrokom zanimivo vadbo.

Pri vadbi mora biti pozoren, kje bo organiziral vadbo, kdaj in kateri pripomočki so po njegovem mnenju najbolj primerni razvojni stopnji otrok in s katerimi bo otrok lahko dosegel izbrane cilje.

Danes v večini vrtcev otroci nimajo dovolj možnosti za gibanje. V okoljih, kjer so igralnice majhne, v njih pa veliko otrok, njihova potreba po gibanju ni zadovoljena, posledice pa se kažejo kot nemirnost, neprimerno vedenje ali celo agresivnost (Videmšek in Pišot, 2007). Zato je potrebno razmere za delo in življenje otrok v vrtcih nedvomno izboljšati, saj so športne igralnice do sedaj še vedno prej izjema kot pravilo. Ko se bodo izboljšale razmere za delo z otroki, bodo tako strokovni delavci kot otroci bolj veseli in pripravljeni za delo.

Vzgojiteljice in športni pedagogi, ki ponekod že skrbijo za programe športne vzgoje v vrtcu, naj bi otrokom nudili razmere, v kakršnih bodo lahko uresničevali svoje pravice, ki izhajajo iz njihovih potreb. To sta nedvomno potreba po gibanju in igri, česar se moramo zavedati ne samo tisti, ki delamo s predšolskimi otroki, vendar tudi njihovi sorodniki in starši. Prav slednji imajo največji vpliv na otroka in njegov razvoj.

Zavedanje staršev o pomenu predšolske športne vzgoje predstavlja otroku trden most k njegovemu kakovostnejšemu preživljanju prostega časa s športnim udejstvovanjem tudi v kasnejših obdobjih življenja (Videmšek, Strah in Stančević, 2001).

V sodobnem času se velika večina skrbnih staršev zaveda, da sta gibanje in šport eden od pomembnejših dejavnikov otrokovega razvoja. Pogoste dejavnosti v celoti pozitivno vplivajo na otrokov razvoj in sposobnosti. Na srečo je vedno več staršev, ki to vedo, in vedno več društev, šol, klubov ter vrtcev, ki organizirajo vadbo za najmlajše.

2 PREDMET IN PROBLEM

V predšolskem obdobju naj vsebine športnih programov izhajajo iz otroka, prilagojene naj bodo njegovim sposobnostim, lastnostim, potrebam in interesom (Videmšek in Jovan, 2002).

Športna vzgoja je v prvih letih otrokovega razvoja izrednega pomena in veliko vlogo pri tem imajo prav vrtci. Saj so oni tisti, ki zadovoljujejo otrokove potrebe po gibanju. Nekateri izmed otrok se celo prvič seznanijo z gibalnimi aktivnostmi, zato morajo biti le-te še toliko privlačnejše, zanimivejše in bolj domiselne, da bi pritegnile in navdušile kar vse otroke.

S športno vzgojo pripomoremo k bolj veselemu, sproščenemu otroku, saj v igri z sovrstniki občuti radost in veselje. S športno vzgojo prispevamo k ohranjanju otrokovega zdravja in krepitvi imunskega sistema, saj je otrok izpostavljen številnim vplivom naravnih dejavnikov, kot so zrak, sonce, voda, veter. Poleg tega prispevamo tudi k oblikovanju otrokovega značaja in k intelektualni vzgoji.

Predšolska športna vzgoja ne razvija samo telesa in duha, temveč pomaga pri oblikovanju otrokove osebnosti, zato je njena prisotnost v vrtcih nujno potrebna. Vrtec mora s svojim programom, izbiro vsebin otroku omogočiti vsakdanje gibanje, mu ponuditi čim večje število gibalnih aktivnosti v prostoru in na prostem. Ga spodbujati k reševanju gibalnih problemov na lasten način, k odkrivanju domiselnih rešitev različnih problemov, tako gibalnih kot drugih. Skratka, otrok naj bi v predšolskem obdobju usvojil kar največ znanja in sposobnosti, saj tistega, kar otrok zamudi v tem obdobju, kasneje žal ni več mogoče nadoknaditi.

Na področju športnega udejstvovanja predšolskih otrok so bile narejene številne raziskave.

Raziskava Kropjeve in Videmškove (2003), ki sta proučevali športno dejavnost štiri-šestletnih otrok v ljubljanskem okrožju, je pokazala, da se polovica otrok pri tej starosti še ne ukvarja z nobeno aktivnostjo. Z organizirano športno vadbo se ukvarja približno četrtnina otrok v tej starosti. Ugotovili sta tudi, da so otroci tistih družin, ki preživljajo počitnice predvsem pasivno, tudi drugače športno manj aktivni.

Kropjeva in Videmškova (2002) sta na vzorcu staršev slovenskih predšolskih otrok iz različnih krajev ugotovili, da obstajajo dejavniki, ki lahko povečujejo športno aktivnost otrok in na katere imajo starši neposreden vpliv. To so: športna dejavnost staršev, aktivno preživljanje počitnic družine, navajanje otroka na družbo in starševsko pozitivno mnenje o športu.

Raziskava Čeboklijeve (2006), ki je ugotavljala razloge za vključevanje otrok v športno vadbo, je pokazala, da se starši zavedajo, da je najpomembnejši cilj za njihove otroke razvijanje gibalnih sposobnosti. Ugotovila je tudi, da se je pred vpisom razmeroma malo staršev pozanimalo o strokovni usposobljenosti vaditelja. Največ staršev je bilo o vadbi seznanjenih preko otrokove vzgojiteljice, v več kot polovici primerov pa je bil za vključitev pobudnik otrok sam. Odgovori so pokazali, da je tako otrokom kot njihovim staršem izbrana vadba všeč in da kar 47 odstotkov otrok obiskuje po dve oziroma tri izvenšolske dejavnosti. Staršem je všeč, da otrok spoznava vrstnike in z njimi aktivno sodeluje. Skoraj tri četrtine vseh staršev so bile tudi športno aktivne

Iličičeva (2008) je naredila raziskavo o športnih aktivnostih predšolskih otrok ob koncu tedna, med prazniki in v času počitnic. Ugotovila je, da se večina otrok udeležuje ene organizirane vadbe, ki je izvedena enkrat na teden, vadbena enota pa traja največ šestdeset minut. Z vadbo pričnejo ob različnih urah, po navadi v popoldanskem času. Vadba ni organizirana konec tedna, med prazniki in v času počitnic. Starši spodbujajo svoje otroke, da se ukvarjajo s športno aktivnostjo in si vzamejo čas zanjo tudi ob koncih tedna, med prazniki in v času počitnic. Športne aktivnosti otrok so zelo različne; najbolj priljubljene so kolesarjenje, plavanje in tek. Poleg staršev navdušujejo otroke za šport tudi ostali člani družine in bližnji sorodniki. Aktivnosti se v večini primerov udeležujejo tudi ostali družinski člani, sorodniki, prijatelji staršev in otrokovi prijatelji. Otroci po navadi ne izrazijo sami želje, da bi s seboj povabili sovrstnika ali prijatelja, potrebno pa jih je tudi motivirati, da se za aktivnost sploh odločijo.

Suhodolčanova (2005) je želela v svoji raziskavi predstaviti športne programe za predšolske otroke, ki jih organizira Športno društvo Sonček. Ugotovila je, da je največ staršev za vadbo izvedelo od prijateljev. Izvedela je tudi, da je najpomembnejši cilj, zakaj vpisujejo otroka k vodeni vadbi, ta, da razvijajo gibalne sposobnosti in pridobivajo nova motorična znanja. Temu cilju sledi druženje z vrstniki, kar pomeni, da se starši zavedajo pomena socializacije. Nepomemben razlog za starše je, da se odločajo za vpis otrok k vodeni vadbi zato, da bi imeli več časa zase, čeprav včasih na vadbi dobimo ta občutek. S pomočjo anketnega vprašalnika je dobila podatek, da je dobrih 83 % staršev, ki vpisujejo svoje otroke v športne programe Športnega društva Sonček, športno aktivnih. Dobrih 14 % staršev pa se je zaradi vpisa otrok k vodeni vadbi tudi samo začelo aktivno ukvarjati s športom. Največ športno aktivnih staršev se ukvarja s hojo, kateri sledita kolesarjenje in smučanje, nato pa še tek in nogomet. Rezultati so pokazali, da se starši predvsem ukvarjajo s športi v naravi. Izbirajo take športne aktivnosti, ki jih lahko izvajajo skozi celo leto in hkrati s svojimi otroki.

Miklič (2008) je v svoji raziskavi želel analizirati programe ABC športa in možnosti za njihov razvoj. S pomočjo anketnega vprašalnika, ki so ga izpolnili starši, ki so svojega otroka že vključili v športne programe ABC šport, je dobil mnenje staršev in njihove poglede na športno vadbo otrok. Na podlagi pridobljenih rezultatov je ugotovil, da je smotrno ponuditi športne programe za otroke, ki vstopajo v osnovnošolski prostor, saj si kar 84 % vprašanih otrok v času šolanja želi organizirane športne vadbe. Pomemben zaključek je tudi ta, da je pri pripravi nadaljevalnih programov potrebno posebno pozornost nameniti raznovrstnosti vadbe. Več kot polovica anketiranih si namreč v času šolanja želi raznovrstne vadbe, hkrati pa spoznati čim več različnih športov. Še vedno naj bi bila v ospredju ponudba splošne vadbe ter plavanje, rolanje, ples in gimnastika. Starši in vadeči so v povprečju bili zelo zadovoljni z izvajanjem programov. Ugotovil je, da je nekaj več pozornosti potrebno nameniti posameznim lokacijam ter tam izboljšati materialne pogoje.

Žnidaršič (2008) je naredil raziskavo, katere namen je bil ugotoviti materialne in prostorske pogoje dela v tržiških vrtcih, športno dejavnost otrok v in izven vrtca ter socialno – demografske značilnosti otrok, ki so bili zajeti v vzorcu. V raziskavo so bili vključeni starši otrok starih 4 – 6 let in ravnateljica tržiških vrtcev. Ugotovil je zaskrbljenost ravnateljice o pomanjkanju notranjih športnih igralnic v vrtcih in o slabem stanju igral na zunanjih igriščih. Ravnateljica je bila mnenja, da bi bilo za celosten razvoj otroka dobro, da bi za vodenje ur športne vzgoje in ostale športne aktivnosti skrbel športni pedagog z ustrezno usposobljenostjo na področju predšolske vzgoje, v pomoč pa bi mu bile vzgojiteljice. Takega mnenja je tudi dobršen del staršev. Ves učni proces pa vodijo izključno vzgojiteljice, te pa nimajo nobenih dodatnih strokovnih znanja s področja športa. Neorganizirana gibalno/športna dejavnost je med otroci priljubljena in se z njo v veliki meri ukvarjajo tako med tednom kot med vikendi. Med najbolj priljubljene spadajo teki in lovjenja, kolesarjenje in igre z žogo. Organizirana vadba je na drugi strani bolj slabo obiskana. Tako se z organizirano vadbo med tednom ukvarja 42 % otrok, ki so bili vključeni v raziskavo. Otroci, ki so bili zajeti v raziskovalno delo, prihajajo večinoma iz vasi in primestnega okolja. 65 % teh otrok je moškega spola. Manj kot 20 % otrok je edincev, ostali imajo vsaj še enega brata ali sestro. 86% staršev, ki so reševali anketni vprašalnik, so predstavljale matere otrok.

Vertovčeva (2008) je v raziskovalnem delu preučevala interes staršev za vključevanje otrok do osmega leta starosti v športne programe v Slovenskih Konjicah. Ugotovila je, da kljub temu, da so možnosti za vključevanje v športne dejavnosti dokaj visoke, skoraj polovica otrok ne obiskuje nobene športne dejavnosti. Izmed ostalih, ki se ukvarjajo s športnimi dejavnostmi, je polovica takih, ki športne dejavnosti obiskuje v okviru kluba, kjer se prehitro specializirajo v določeni šport in lahko zaradi tega hitro obupajo, hkrati pa nimajo možnosti pridobiti različnih športnih znanj kot bi jih s splošno športno vadbo, ki je v obdobju rasti in razvoja za

otroke najprimernejša. Izvedela je tudi, da so starši informirani o ponudbi različnih športnih dejavnosti v Slovenskih Konjicah, vendar najbolj poznajo tiste dejavnosti, ki imajo tradicijo in so v Slovenskih Konjicah najbolj razvite. Le-te so košarka, nogomet in ples. Mlada društva, ki prihajajo s svojimi programi, poznajo premalo, kar pomeni, da bo potrebno storiti nekaj v zvezi z oglaševanjem in promocijo le-teh, ki otrokovemu zdravju in razvoju prispevajo največ koristnih in pozitivnih učinkov. Slabe tri četrtine staršev ima željo, da bi njihovi otroci obiskovali popoldanske športne dejavnosti, vendar je vseeno še dobra četrtina takih, ki si tega ne želijo. Od dodatne ponudbe športnih dejavnosti so največ zanimanja pokazali za rolanje, ki je še dokaj mlad šport in v Slovenskih Konjicah še ni bil na voljo niti v tečajni obliki. Najustreznejši količinski in časovni termini so za več kot polovico staršev ti, da bi športna vadba njihovih otrok potekala dvakrat na teden, takoj po vrtcu oziroma po pouku v šoli, nekje med ponedeljkom in petkom.

Bergantova (2009) je v svoji raziskavi želela analizirati gibalno/športno aktivnost predšolskih otrok. Ugotovila je, da so teki, lovljenja, kolesarjenje in igre z žogo med priljubljenimi neorganiziranimi športnimi dejavnostmi med tednom. Sledijo še igre, ki vključujejo različne skoke, rolanje, vožnja s skirojem, plavanje itd. Med manj zanimive športne dejavnosti pa spadajo plesne dejavnosti, rolanje in tenis. Prevladujejo predvsem športne dejavnosti, s katerimi se lahko otrok vsakodnevno ukvarja, kjerkoli in kadarkoli. Zelo malo otrok pa se ukvarja z organizirano športno vadbo, ki jo vodijo strokovno usposobljeni delavci na področju športne vzgoje. Od tega se jih največ ukvarja s splošno športno vadbo, na drugem mestu so plesne dejavnosti sledi nogomet, plavanje in nekaj otrok je vključeno v mini tenis, borilne veščine, košarko in odbojko.

Jambrešičeva (2003) je v raziskavi analizirala športni program ABC za otroke od drugega do devetega leta starosti. Zanimalo jo je, kakšne poglede imajo starši na športno vadbo otrok in kaj jih zanima glede vadbe. Ugotovila je, da je največ staršev izvedelo za vadbo preko plakatov in letakov. Nekaj staršev pa je za vadbo izvedelo preko prijateljev, ki so v vadbo že imeli vključene svoje otroke. Staršem in otrokom je vadba programa ABC zelo všeč in na njej ne bi nič spremenili. Ugotovila je, da je staršem, ki vključujejo svoje otroke v organizirano športno vadbo kot je ABC šport najpomembnejše, da otroci razvijajo svoje gibalne sposobnosti in oblikujejo pozitivne vedenjske vzorce, kot so: spoštovanje različnosti, pomoč prijatelju, spoštovanje pravil igre, razvijanje samozavesti... Najmanj pomemben cilj za starše pa je, da imajo nekaj časa zase. Ugotovila je, da je skoraj 78 % staršev, ki vpisujejo svojega otroka v program ABC, športno aktivnih. Največ staršev se ukvarja s kolesarjenjem in hojo, nato sledita planinstvo in plavanje.

2.1 RAZVOJ OTROKA

Otroštvo in mladost sta obdobji rasti in razvoja, zato je to obdobje človekovega življenja silno burno, polno sprememb in zelo ranljivo, obenem pa prilagodljivo. Rast in razvoj telesa in duševnosti sta skladna le tedaj, če gre za zdravo dedno osnovo in zdravo fizično, biološko, psihično in socialno okolje, ki otroka spodbuja, da lahko razvije svoje potencialne sposobnosti do optimalnosti. Čim mlajši je otrok, toliko večja je njegova sposobnost rasti in razvoja (Kosec in Mramor, 1991).

Otrokov razvoj je dinamičen proces, ki ga interaktivno sodoločata dednost in okolje, in sicer na ravni fizikalnega ter socialnega okolja. Na vse dejavnosti otrokovega razvoja (rast, zorenje, izkušnje) ne moremo enako vplivati. Najmočnejši vpliv ima okolje na izkušnje, to je vpliv na razvoj skozi proces učenja. Spodbude, ki jih dobiva majhen otrok iz okolja, so senzorične, odzivi pa gibalni (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Nekatere skupne zakonitosti o otrokovem razvoju:

- otrokov razvoj poteka skozi določene zaporedne stopnje, ki so opredeljene tako s kvantitativnimi kot kvalitativnimi spremembami (npr. intuitivna stopnja mišljenja sledi zaznavno - gibalni fazi v razvoju mišljenja; stopnja razumevanja medsebojnih odnosov sledi stopnji razumevanja samega sebe ipd.);
- vsi psihični procesi (čustva, govor, mišljenje, socialna kognicija itn.) se razvijajo v vseh razvojnih obdobjih;
- posamezna področja razvoja so med seboj prepletena, saj gre za vzporednost in povezanost med različnimi psihičnimi funkcijami (npr. otrok zaznava, doživlja in spoznava sebe, svet okoli sebe, različne odnose s čustvenega, intuitivnega, socialnega, spoznavnega vidika);
- v otrokovem razvoju so obdobja, ki so najbolj primerna (t. i. kritična obdobja), da se otrok nekaj nauči, pridobi določeno spretnost na najbolj učinkovit način;
- individualne razlike v razvoju so med otroki velike, in sicer zlasti v prvih letih njihovega življenja, vendar ta različnost otrok ostaja znotraj razvojnih norm;
- gre za stalno povezavo med otrokovim razvojem (v ožjem pomenu besede), učenjem in poučevanjem, ki se kaže zlasti v razmerju med otrokovim aktualnim in potencialnim razvojem (Kurikulum za vrtce, 1999).

2.1.1 Gibalni razvoj otroka

Gibalni razvoj je najbolj izrazita oblika in funkcija psihofizičnega razvoja, ki se prične že v predporodni dobi in se stalno izpopolnjuje. Še posebno je razvit v prvih treh letih življenja. Že v prvih dveh letih doseže otrok take gibalne zmožnosti, ki jih ni sposobno nobeno drugo bitje in se kažejo v pokončni hoji. Od povsem nemočnega novorojenca, ki se sam ne more premakniti z mesta, in ki ne more prijete z roko najpreprostejšega predmeta, otrok doseže stopnjo, ko lahko sam s svojo voljo obvladuje razdalje v prostoru in po svoji volji ravna s predmeti (Horvat in Magajna, 1987).

Psihologi so veliko proučevali vlogo učenja in različnih vaj (McGraw, Dennis, Denisova). V teh raziskavah so opazovali motorični razvoj otrok, ki so odraščali v različnih razmerah. Znano je, da pri nekaterih ljudstvih povijajo otroka zelo tesno, tako da ne more do enega leta premakniti niti rok niti nog. Kljub temu so ti otroci malo potem, ko so dobili možnost za gibanje, normalno shodili in tudi v ročnih spretnostih niso zaostajali za otroki iz drugih kultur, ki so imeli od rojstva naprej proste roke in noge. Iz teh rezultatov so avtorji sklepali, da je na razvoj osnovnih motoričnih funkcij odločilen vpliv dejavnikov zorenja. Seveda pa mora priti ob pravem času tudi do ustreznih izkušenj (Goričnik, 1999).

Razvoj pri otroku gre v dveh smereh (Videmšek in Jovan, 2002):

- cefalokavdalna smer pomeni razvoj oziroma kontrolo mišic, ki se začne pri glavi, nadaljuje v vrat, trup in noge. Gre za razvoj od zgoraj navzdol;
- proksimodistalna smer pomeni razvoj oziroma kontrolo mišic, ki se začne pri hrbtenici, nadaljuje pri trupu, sledijo ramena in na koncu okončine (noge in roke) ter zapestje in mišice prstov. Gre za razvoj telesa, ki poteka od sredine navzven.

2.1.2 Telesni razvoj otroka

Telesni razvoj zajema anatomske in fiziološke procese oziroma spremembe v razmerjih, oblikah in strukturi, do katerih pride v posameznikovem razvoju. Telesni razvoj predstavlja spremembe v kompleksnosti strukture in oblike. Prvi proces imenujemo rast, drugega pa diferenciacija. Vzrok za prvi pojav je rast celic, za drugi pojav pa različen razvoj teh celic (Horvat in Magajna, 1989).

Otrok ni pomanjšan odrasli, zato je treba poznati nekatere značilnosti zgradbe in funkcije organov, da bi telesna aktivnost ne škodovala zdravju (Kosec in Mramor, 1991).

2.1.3 Osebnostni razvoj otroka

Razvoj otrokove osebnosti je odvisen od tega, kar ga starši naučijo. Torej so starši tisti, ki morajo prevzeti odgovornost za to, kakšni bodo njihovi otroci ter poskrbeti, da bodo pri otroku razvijali takšne lastnosti, ki jim bodo uspešno služile kasneje v življenju (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Večina sodobnih teorij poudarja, da je razvoj stalen in dinamičen proces. Zlasti v zgodnjem obdobju otrokovega razvoja gre za tesno povezanost med telesnim in psihičnim razvojem. Otrok je prav v tem obdobju popolnoma odvisen od odraslih pri zadovoljevanju osnovnih življenjskih potreb, od zadovoljevanja osnovnih potreb pa je odvisen njegov skladen razvoj.

Poleg zadovoljevanja osnovnih fizioloških potreb (potreba po hrani, po ravnovesju med počitkom in aktivnostjo, po zaščiti, po ustrezni termoregulaciji) pa je zelo pomembno, da otrok zadovolji tudi psihološke potrebe (potreba po varnosti in zaupanju, po ljubezni, po ustreznem pričakovanju, kaj otrok zmore in česa ne zmore), potrebo po učenju (potreba po pravem razmerju med novim in že poznanim), potrebo po spoštovanju in upoštevanju (potreba po okolju, v katerem je otrok spodbujen in pohvaljen), potrebo po priznavanju in spoštovanju napora, ki ga je vložil v pridobivanje znanja, razvijanju spretnosti, potreba po upoštevanju in spoštovanju njegovega "jaza" in razvojne stopnje.

Otroci morajo v tem obdobju dobiti občutek, da so sposobni obvladati spretnosti, ki jih od njih pričakujemo. Občutijo naj svobodo pri izražanju, sanjarjenju in razvijanju lastne domišljije. Navajamo jih na to, da tekmujejo sami s seboj in doživljajo občutek, da napredujejo, dosegajo naj uspehe, bodisi pri majhnih ali velikih stvareh – čeprav po majhnih korakih.

Starši morajo pri otroku razvijati osebnostne lastnosti, kot so: sposobnost vzpostavljanja in vzdrževanja prijaznih odnosov z drugimi ljudmi, sposobnost učenja na napakah, pripravljenost stvari deliti z drugimi, sposobnost trdega dela, sposobnost opazovanja in prilagajanja, sposobnost pozornosti, sposobnost ustvarjalnosti in odločnosti ... Vse te sposobnosti bodo imele na otroka pozitiven učinek, kar pa ne velja za sposobnosti, kot so: lenoba, nepoštenost, sovraštvo, počasno mišljenje, nezmožnost izražanja ...

Pogosto so otrokove lastnosti odraz lastnosti staršev. Nepotrpežljiv roditelj ima najverjetneje tudi nepotrpežljivega otroka. Če je otrok težaven, pogosto izvira ta težavnost iz težavnih staršev ali težavnih družinskih razmer. Prav malo je verjetno, da bodo imeli mirni starši težavnega otroka (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

2.1.4 Socialni razvoj otroka

Novorojenček ni niti socialno niti nesocialno bitje, temveč obstaja samo možnost za njegov socialni razvoj. V prvih dneh po rojstvu se ne zanima za ljudi in jih tudi ne razlikuje od vsega drugega, ki ga obdaja. Že po prvih dveh mesecih reagira na zvoke, šume in na človeški glas ter postopoma začne razlikovati ljudi od predmetov. Nasmeh ljudem se pojavlja med drugim in tretjim mesecem starosti in to je prvi znak, da reagira otrok na druge ljudi. Otrok razume, da z jokom prikliče pomoč odraslih že v tretjem mesecu. Poznane osebe razlikuje od nepoznanih že po šestih mesecih in se smeje samo v prisotnosti poznanih ljudi. Po osmih mesecih že skuša posnemati kretnje in govor. Otrok pozna najprej odrasle in z njimi vzpostavlja socialni stik. To je razumljivo, saj ga odrasli negujejo. Šele kasneje stopa v stik z otroki. Na socialnost otroka vpliva več faktorjev, kot so: razpoloženje v družini, inteligentnost otroka in splošni socialni položaj. Zgodnji socialni razvoj je velikega pomena za nadaljnji socialni razvoj otroka (Ugrinovski, 2004).

Socialni odnos otroka se prične ob prvem stiku oziroma reagiranju na okolje (primarna socializacija), ta stik po navadi predstavlja mama. Prične se proces socializacije, otrok se uči in prilagaja družbenim normam, standardom, običajem in tradiciji. Zato naj bi starši že od samega začetka razvijali pozitiven socialen odnos, le tako se bo tudi otrok pozitivno odzival na okolico in jo sprejemal. V prvem letu otrokovega življenja je mama glavni otrokov skrbnik, ki zadovoljuje večino njegovih potreb. Z odraščanjem pa vedno večjo vlogo pridobivajo očetje in vrstniki. Lahko tudi povežemo dejstvo, da očetje s starostjo otroka, njegovo samostojnostjo in večjo gibalno mobilnostjo, povečujejo svoj delež in vlogo pri športnih aktivnostih (Konavec, 1998).

2.1.5 Čustveni razvoj otroka

Čustva so človekov prvi jezik. Že nekaj sekund po rojstvu novorojenček z jokom ustvari svojo prvo obliko čustvene komunikacije. V drugem mesecu, ko se pri dojenčku razvije vidno prepoznavanje, se pogosto nasmiha vidnim dražljajem, na primer znanim obrazom. V četrtem mesecu se dojenčki začnejo smejati na glas, če jih požgečkamo ali poljubimo. Šest mesecev star dojenček se lahko smeji mami, ki govori z nenavadnim glasom ali si s plenico skuša pokriti obraz in s tem izraža zanimanje.

Čustveni odzivi otroka že zgodaj izražajo individualnost. Razlike ob rojstvu pripisujemo predvsem temperamentu, pozneje pa na izražanje čustev vplivajo tudi dejavniki okolja (Zupančič, 1995).

Posameznik s čustvenim izražanjem sporoča svojo vpletenost v določeno situacijo. Čustveni izrazi so dražljaji za osebo, ki jih opazuje, ocenjuje in si jih razlaga ter se na podlagi pomena, ki jim ga pripisuje, nanje odziva. Obseg dražljajev, ki sodelujejo pri nebesednem čustvenem sporazumevanju, je dokaj velik, zato smo pozorni predvsem na naslednje kazalce čustvenih stanj: izraze obraza, gibe oči in smer gledanja, kretnje, držo telesa, glas, nejezikovne zvoke, uporabo socialnega prostora, dotik in vonj (Smrtnik Vitulić, 2004).

Ko se otrok začne učiti besednih izrazov za čustva, so temelji njegove čustvene izraznosti že zgrajeni. Otrok se ustrezno odzove na čustvene izraze primarnih čustev, še preden jih je sposoben poimenovati. Z razvojem govora se odpre možnost nadaljnje diferenciacije izražanja in razumevanja čustev (Lamovec, 1991).

Otrokovi čustveni izrazi se vedno bolj diferencirajo, postajajo bolj individualni, čustvene reakcije so enake samo pri novorojenčkih. Vsak otrok si sčasoma izoblikuje svoj sistem čustvenih odzivov in to pod vplivom okolja ter osebnih izkustev. Glede na otrokove zmožnosti smo dolžni organizirati in mu ponuditi take oblike izobraževalnih dejavnosti, da bo ob delu razvijal čustva, vezana na samooceno (uspeh, odnos do neuspeha) in čustva, vezana na odnose z drugimi (ljubezen, prijateljstvo, zaupanje, strah, ljubosumnost ...). Napetosti, nezadovoljstvo in druga negativna čustva se mora naučiti premagovati. Delo naj mu omogoči razvijanje sposobnosti za ocenjevanje estetskih vrednot. Ob vseh aktivnostih naj pridobiva realno sliko o sebi s pozitivnimi in negativnimi sodbami o svojem telesu in značilnostih lastne osebnosti.

2.2 POMEN GIBANJA ZA OTROKOV RAZVOJ

Gibanje (šport) je primarna potreba otroka. Je eno najpomembnejših področij v otrokovem razvoju. Če otrok to potrebo, poleg ostalih, uspešno zadovoljuje, je vesel in zadovoljen ter se razvija v celovito osebnost. Strokovnjaki so tudi ugotovili, da vsega, kar otrok zamudi v zgodnjem otroštvu, kasneje ne more več v celoti nadoknaditi (Videmšek, Strah in Stančevič, 2001).

POMEN ŠPORTA ZA OTROKOV CELOSTNI RAZVOJ:

- Šport kot gibanje (naravna razvojna potreba vsakega človeka) zadovoljuje otrokove potrebe po gibanju.
- S športom prispevamo k ohranjanju in krepitvi otrokovega zdravja, še posebno, če izvajamo športne aktivnosti v naravi.
- Šport vpliva na otrokove duševne in čustvene sposobnosti, na pozitivne odnose v družini.
- Lahko pripomore k ustvarjalnosti, estetskemu in umetniškemu izražanju.
- Z gibanjem se lahko povečajo sposobnosti, kot so zbranost, hitrost odzivanja in nadzor nad samim seboj.
- Gibanje v naravi budi ljubezen, pristen, kulturn in spoštljiv odnos do narave in njene okolice.
- S športom prispevamo k sproščnemu življenju otroka, kar je pomembno za duševni in socialni razvoj.
- V igri z vrstniki občuti otrok radost in veselje.
- S športno vzgojo smotrno, načrtno in organizirano vplivamo na otrokov motorični razvoj in sposobnosti (koordinacijo, hitrost, moč, gibljivost, preciznost, ravnotežje ...).
- Otrok spozna pojave v vsakdanjem življenju: na sprehodih spozna promet, v različnih gibalnih nalogah spozna svoje telo, lastne gibe, spozna vrednote (vztrajnost, tovarištvo, spoštovanje ...) in tako prispeva k oblikovanju lastnega značaja.
- Otrok skozi igro uresničuje svoje želje in potrebe; skozi igro spozna prva pravila, ki jih mora spoštovati, doživlja prve zmage in poraze.
- Postopoma začne otrok spoznavati in osvajati osnovne prvine različnih športnih zvrsti (od splošne telesne vadbe do smučanja, plavanja, letovanja, rolanja ...).
- Športna dejavnost je pomemben dejavnik družinske integracije.
- Splošna telesna vadba pripomore k celostnemu oblikovanju otrokove osebnosti (Jambrešič, 2003).

2.3 GIBALNA IGRA

Želja po izražanju samega sebe je ena izmed človekovih osnovnih potreb. Otrok sebe izraža v igri. V igri prihaja do lastnega potrjevanja in spoznavanja samega sebe v ožjem in širšem družbenem okolju. Samopotrjevanje pa je silnica, gibalno, ki usmerja otroka k novim dejavnostim, s pomočjo katerih razvija gibalne in spoznavne sposobnosti, ustvarjalnost, delovne navade, moralne in estetske standarde, interese, čustveno življenje (Marjanovič, 2001).

Glede na to, da sta potrebi po gibanju in igri osnovni otrokovi potrebi, naj se igra kot rdeča nit prepleta skozi vse otrokove dejavnosti. Kot vsaka igra je tudi gibalna igra dejavnost, ki je notranje motivirana, svobodna, odprta in za otroka prijetna. Pomeni način otrokovega razvoja in učenja v zgodnjem obdobju (Videmšek, 2000). Zaradi današnjega načina življenja so se zlasti v mestih igre zelo spremenile. Otroci pogosto nimajo osnovnih pogojev za gibalne igre. Tako sta računalnik in televizija velikokrat otrokova edina partnerja v igri.

Toličič (1979) je igre razvrstil v štiri glavne skupine, in sicer:

- Funkcijske igre, kjer gre za prijemanje, metanje, tek, tipanje, vtikanje, vzpenjanje.
- Domišljjske igre, kjer gre za igranje vlog.
- Dojemalne igre, kjer gre za poslušanje pravljic, opazovanje, posnemanje, obiskovanje kina, gledanje televizije, branje.
- Ustvarjalne igre, kjer gre za pisanje, risanje, oblikovanje.

V prvih dveh letih prevladuje funkcijska igra, ki potem počasi upada na račun razvoja domišljjske in dojemalne igre. Zlasti med 2. in 5. letom prevladuje domišljjska igra, kar je v tesni povezavi z intelektualnim razvojem v tem obdobju. Dojemalno igro lahko spremljamo v celotnem predšolskem obdobju, vendar je njen delež bistveno manjši od deležev ostalih oblik. Prve oblike ustvarjalne igre se pojavijo že med 2. in 3. letom starosti, vendar prične ta oblika igralne aktivnosti prevladovati šele po 6. letu starosti (Horvat in Magajna, 1989).

Odrasli prepogosto vsiljujejo otrokom svoj svet, ker mislijo, da vejo, kaj je za otroka najbolje. Igro včasih celo pojmujejo kot zapravljanje časa. Odrasli naj ne poskušajo česa narediti namesto otroka. Otroku naj dopustijo, da v igri pride sam do rešitve z lastno aktivnostjo in raziskovanjem, kar je temelj za razvoj inteligentnosti. Za predšolskega otroka, ki se veliko in zavzeto igra, velja, da bo odrasel v osebo, ki mu bo delo pomenilo izziv in ga bo odgovorno in z zadovoljstvom opravljal. Nasprotno pa bo otrok, ki nima možnosti in pogojev za sproščeno igro, v odraslosti težje sprejemal obveznosti in delo. Predšolskemu otroku je potrebno pustiti, da se igra, kolikor dolgo želi. Ne silimo ga, da igro čim prej zaključi. V otroštvu se igra, delo in učenje prepletajo.

Glavno sredstvo pri predšolskih in tudi šolskih otrocih je torej igra. S pomočjo elementarnih iger otroci na sproščen in zabaven način razvijajo gibalne oz. motorične sposobnosti, čustvene, socialne, spoznavne in osebnostne lastnosti. Starejši kot postaja otrok, bolj zapletenejša postaja njegova igra, odrasli, predvsem pa vzgojitelji in starši, se morajo tega v največji meri zavedati. Znati se morajo igrati z otroki, saj bodo le na takšen način sodelovali pri igrah. Vse to zahteva veliko potrpežljivosti, razumevanja, spodbude in ljubezni. Otroci, ki so prikrajšani za pestrost motoričnih in didaktičnih iger, imajo na žalost manj možnosti za uspešno, iznajdljivo, predvsem pa zadovoljno otroštvo.

Strokovnjaki so že dolgo mnenja, da je v otroški igri najpomembnejše gibanje. Gibalne aktivnosti so izrednega pomena ne le za zdrav otrokov motorični razvoj, temveč za razvoj njegove celovite osebnosti. Otrok prihaja do novih spoznanj v telesnem, spoznavnem, čustvenem in socialnem razvoju, zadovoljuje potrebe po samopotrjevanju in si tako postopno oblikuje svojo samopodobo. Že dojenčki se učijo in razvijajo telesne sposobnosti skozi igro. Otroci skozi igro z drugimi razvijajo ključne socialne sposobnosti, mladostniki razvijajo temeljne veščine in razumevanje pravil ter delovanje v skupinah v različnih oblikah redne športne vzgoje ali ukvarjanja s športom. Številne raziskave so pokazale, da sta aktivni življenjski slog in gibanje pomembni varovali zdravja.

2.4 STARŠI KOT PRVI UČITELJI SVOJIH OTROK

Otroci so naše bogastvo, zato jih je potrebno ustrezno varovati in se seznaniti z nekaterimi nujno potrebnimi navodili. Otrok se ob pomoči staršev počuti varnega in pomembnega. Nobena športna vadba ni tako pomembna, kot je varnost otroka pri vadbi.

Redno ukvarjanje s športom bi moral biti življenjski stil vsakega človeka. Če bomo poskrbeli za to, da dejavnosti izvajamo skupaj z malčki, bo to za otroka še večja spodbuda, dober zgled in tudi za nas pot k boljšemu zdravju. Pomemben dosežek današnje družbe je športna vzgoja v smeri *starši–otrok* oziroma *družina–otrok*. Starši so v vlogi vaditelja, ki obenem, ko izvajajo gibalne dejavnosti z otrokom, vadijo tudi zase, za svoje zdravje in ne samo za otroka.

Pomembno je le ugoditi nekaterim zahtevam:

- Gibalne naloge moramo izvajati preko **igre**, saj predstavlja igra za otroke največje veselje in radost.
- Gibalne naloge morajo biti **enostavne** oziroma **prilagojene** otrokovim gibalnim sposobnostim in znanju.
- Upoštevamo načelo **postopnosti**; vedno izbiramo vaje od lažjih k težjim.

- Gibalne naloge izvajamo toliko časa, dokler se otrok ne naveliča. Otroka nikoli **ne silimo** k izvajanju gibalnih nalog.
- Gibalne naloge nenehno **spreminjamo**, tako se jih otroci ne bodo nikoli naveličali.
- Izvajanje **vseh vrst elementarnega gibanja** (plazenje, lazenje, skoki, poskoki ...).

Skozi igro bo tako otrok postal močnejši, hitrejši, bolj gibljiv, spretnejši, predvsem pa bodo njegovi gibi bolj usklajeni. Podpora, zgled in zainteresiranost staršev so vedno najboljša motivacija otrok (Saje, 2002).

2.4.1 Vključevanje staršev v predšolsko športno vzgojo

Otrok zaznava prve informacije v trenutku, ko se rodi. Starši so tisti, ki mu omogočajo prve stike z okoljem in so popolnoma odgovorni za njegovo zgodnje učenje. Te informacije otrok pridobiva zlasti s pomočjo gibanja, ki predstavlja najbolj primarno in naravno potrebo ter vpliva na vsa področja njegovega razvoja od kognitivnega do čustvenega in socialnega.

Eden izmed pomembnih vidikov vzgojiteljske vloge staršev je zato tudi ta, da naj z otrokom čim več sodelujejo oz. z njim počnejo najrazličnejše stvari (Strah, 2000). Pomembno je, da starši že v predšolskem obdobju navajajo otroke na redno športno delovanje. Šport ohranja in krepi otrokovo zdravje, razvija njegove sposobnosti, ne nazadnje pa omogoča lažje vključevanje in prilagajanje v družbeno in naravno okolje.

V družinah, kjer gojijo športno aktivnost, so pri otrocih bolj opazne sposobnosti, kot so vztrajnost, discipliniranost, zaupanje v samega sebe, strpnost, potrpežljivost, zdrava tekmovalnost ter spoznanje, da se je potrebno potruditi, če hočemo doseči cilj.

S hkratnim vključevanjem staršev in predšolskih otrok v redno športno-rekreativno vadbo, ki poteka v okviru različnih društev in klubov, omogočajo otrokom, da igraje in s pomočjo najbližjih članov družine že v najzgodnejših letih uveljavljajo zdrav način življenja kot najpomembnejšo osebno in družbeno vrednoto (Strah, 2000).

2.4.2 Vpliv staršev na športno aktivnost otrok

Družina je sistem z nekim notranjim dogajanjem, ki je ves čas v obojestranskem stiku z vsem, kar se godi v njegovem okolju (Tomori, 1994).

Organizacija združenih narodov opredeljuje družino kot skupino oseb, ki skrbi za otroke oziroma je skupina oseb, ki jo zakonodaja ali praksa posameznih držav prepozna kot družino. Takoj po otrokovem rojstvu naprej se prične vpliv okolice nanj, ki pa se razvija po določenih vzorcih. V krogu družine si otrok pridobiva prve gibalne izkušnje in že takrat se pokaže velika vloga, ki jo imajo pri tem starši. Z redno vadbo poskušamo vplivati na osnovni motorični razvoj otroka že od njegovega rojstva naprej. Če je okolje, v katerem otrok odrašča, pozitivno naravnano glede različnih športnih vadb in športa, potem ima tak otrok velike možnosti, da si ustvari pozitivne vzorce, ki bodo kasneje vplivali na njegov razvoj in življenje.

Njihov prispevek k otrokovi športni vadbi in športu je v različnih letih drugačen. Do dopolnitve otrokovega petega leta so starši tisti, ki mu omogočijo prve stike z okoljem. Eden izmed pomembnih vidikov vloge staršev je prav gotovo tudi sodelovanje skupaj z otrokom. V predšolskem obdobju je pomembno, da starši navajajo svoje otroke na redno gibalno delovanje, ki je osnova za kasnejše bolj zdravo in kakovostnejše življenje. V obdobju od šestega do trinajstega leta pa naj bi starši vzbudili otroku zanimanje za šport. Nuditi mu morajo čim več možnosti ukvarjanja z različnimi vrstami športa. Otroku naj bi tako pridobil čim več izkušenj, obenem pa se mora tudi zabavati in igrati brez prisile in s prostovoljnim pristopom.

Torej so prav starši tisti, ki otroka vpeljejo v določeno športno vadbo oziroma športno panogo, mu nudijo možnosti za športno udejstvovanje. Vzgojitelji, športni pedagogi in trenerji pa so tisti, ki zagotavljajo pogoje vadbe in treninga ter z znanjem in izkušnjami prispevajo k razvijanju veščin, določenih psihomotoričnih spretnosti, odkrivajo potenciale ipd.

Starši morajo ne samo moralno podpirati svojega otroka pri aktivnem športnem udejstvovanju, ampak ga podpirati tudi finančno, kdaj žrtvovati tudi svoje interese, mu zagotoviti ugodje in varnost v kritičnih trenutkih, čustveno oporo. S tem otroku pokažejo, kako visoko cenijo njegovo udejstvovanje in športne spretnosti in mu tako dvigujejo samozavest in motivacijo za nadaljevanje s športno vadbo.

Starši so nedvomno tisti, od katerih otroci postopoma prevzemajo prve navade pa tudi razvade. Zato je njihov zgled nedvomno veliko bolj pomemben kot le koristni nasveti o pomembnosti športnih aktivnosti in aktivno vključevanje v le-te. Kako koristno bo družina preživela prosti čas, je odvisno od staršev, njihovega osveščanja in zavedanja pomena športa. Prav oni namreč otroku posredujejo družbene in

moralne vrednote, intelektualne in socialne veščine ter mu razvijajo delovne navade, odnos do dela in koristno preživljanje prostega časa.

Hkrati otroka seznanjajo z gibalnimi nalogami, v katerih spoznava svoje telo in sposobnosti, ki jih že zmore. Na začetku je edina povezava otroka z zunanjim svetom njegov starš, saj le prek njega dobi prve vtise in spoznanja o še neznanem. Zato je zelo pomembno, da starši svojemu otroku privzgojijo šport kot pomemben in potreben sestavni del njegovega življenja (Kropej in Videmšek, 2002).

Po podatkih iz študije Športnorekreativna dejavnost Slovencev (1999, v Videmšek idr., 2001) se več kot 50 % družin kot celota njenih članov (torej skupaj) sploh ne ukvarja s športom. Pri tem je odločilen omejevalni dejavnik izobrazba staršev, ki hkrati vsebuje ozaveščenost o pomenu športne vzgoje v družini in za to potrebna materialna sredstva.

Če se starša redno ukvarjata z gibalno/športno aktivnostjo, potem je veliko več možnosti, da bo tudi otrok posegel po gibalni/športni aktivnosti kot obliki življenja.

Za otroke je zgled staršev nedvomno zelo pomemben in koristen, veliko bolj kot le nasveti, kako pomembna je športna aktivnost in kako škodljivo je neskončno igranje računalniških video igrice ali posedanje pred televizorjem. Mnogim staršem je lažje nadzirati otroka, ki mirno gleda televizijo, kot ga nadzorovati ali celo aktivno spremljati na zunanjem igrišču (Videmšek idr., 2001).

Spodbudni so nekateri rezultati zadnjih raziskav, ki kažejo, da se vseh navedenih problemov del staršev že zaveda. Žal pa starši največkrat nimajo dovolj znanja, niti možnosti, da bi do takega znanja prišli. Izkazalo se je, da se starši, ki se sami udeležujejo v športu, bolj zavedajo pomembnosti športne vzgoje in se z otrokom na tem področju ukvarjajo več kot tisti, ki jim je šport tuj. In tako je še zlasti pomembno, da gibanje – najprej v okviru družine, kasneje pa samostojno – postane navada. Tako ostane kot osebno bogastvo za vse življenje in se prenaša iz roda v rod kot dediščina (Stančević, 2002).

2.5 POMEN IN VLOGA ŠPORTA V ŽIVLJENJU SODOBNE DRUŽINE

Spodbudno družinsko okolje pozitivno vpliva na oblikovanje otrokove osebnosti in vrednote. Otrok prevzema navade, stališča in vrednote staršev, zato je ukvarjanje s športom znotraj družine temelj za otrokovo nadaljnjo gibalno dejavnost in sprejemanje športa kot vrednote (Lotrič, 1999).

Posebna lastnost družine je med drugim tudi dejstvo, da za otroke pripadnost družini ni posledica njihove svobodne odločitve, ampak so v družini preprosto rojeni (posvojeni) po volji staršev. Prav ta okoliščina je izredno pomembna in zaradi nje ima družina tudi posebno odgovornost za življenje in razvoj osebnosti otrok. Tu gre predvsem za procese socializacije, s pomočjo katerih pridobiva človek (zlasti otrok) občutljivost za socialno stimulacijo (za vzorec vedenja v primarni skupini – družina, ožje socialno okolje – ali v sekundarni skupini – širše socialno okolje, za življenje v različnih interesnih ali drugih skupinah). Uči se sprejemati te stimuluse okolja ter se v skladu s tem obnaša praviloma tako, kot to delajo drugi v njegovi skupini ali kulturi (Jogan, 1986, v Petrovič, 1991).

Naloge sodobne družine so:

- Družina omogoči posamezniku, da se razvije ne le kot biološko in socialno bitje, temveč tudi kot duhovno bitje, skratka kot osebnost.
- Otroku daje okrilje, v katerem doživlja ljubezen in sprejemanje in v katerem se bo počutil zaželenega in varnega.
- Pomaga mu pri vključevanju v družbo odraslih ter prilagajanju njenim zahtevam.
- Daje varnost in zatočišče malemu otroku, ga ščiti, hrani in varuje.
- Mu pomaga pri soočanju s prvimi problemi in pri uspešnem razreševanju le-teh.
- Seznan ga z delovnimi dolžnostmi, s katerimi si pridobiva pravilen odnos do dela.

V nekaterih družinah se še kako dobro zavedajo pomena čim večjega in raznolikega gibanja. Na vsak način se trudijo, organizirajo otrokov vsakdan tako, da je poln aktivnosti. Že majhni dojenčki se lahko skupaj s starši vključujejo v njim prilagojene plavalne tečaje, dvoletni otroci hodijo na popoldansko športno aktivnost, spet drugi se v okviru športnih društev seznanjajo z različnimi športi. Otroka je potrebno pri vsem tem seveda spodbujati, vendar pa to vsekakor ne sme prerasti v siljenje nečesa, kar otroku vsekakor ni všeč in takega tempa dolgo ne vzdrži.

Kalish (2000) navaja tri dejavnike, ki so pomembni za izboljšanje zdravja in telesne pripravljenosti družine:

- Starši naj svojim otrokom posredujejo pozitivna verbalna in neverbalna sporočila o zdravem načinu življenja.
- Starši naj bodo tudi sami ustrezno telesno pripravljene.
- Starši naj imajo aktiven interes za športne dejavnosti svojega otroka. Čim več dejavnosti naj izvajajo skupaj z otrokom. Otroke naj navajajo na spoštovanje aktivnega in zdravega načina življenja (Kalish, 2000, v Videmšek, Strah in Stančevič).

Družine, ki žive tako kvalitetno, so na najboljši poti, da bodo njihovi člani srečni in ustvarjalni kot posamezniki, kot deli harmonično razvijajoče se družine in kot pomembni ustvarjalci celotne družbene skupnosti. Aktivno športno udejstvovanje pomembno vpliva tudi na intelektualni razvoj, kar pomeni izredno vrednoto in enega ciljev ukvarjanja s športom. Športno aktivne družine imajo velike možnosti, da se izognejo velikim travmam ob stranpoteh mladih.

Vsaka družina, ki se bo kakor koli aktivno vključevala v organizirane športne aktivnosti, bo vsekakor imela polnejše in srečnejše življenje. Družina, ki goji šport kot sestavni del življenja, ve, da se lahko s tem večini nevarnosti, ki pretijo in bodo pretile v nadaljnjem otrokovem odraščanju, izogne.

3 CILJI

V skladu s predmetom in problemom raziskave so cilji diplomskega dela naslednji:

- Ugotoviti, ali so starši predšolskih otrok v Posavski regiji gibalno dejavni in kako to vpliva na gibalno dejavnost njihovih otrok.
- Ugotoviti, kakšna je gibalna dejavnost predšolskih otrok v Posavski regiji in s katerimi dejavnostmi se najraje ukvarjajo (neorganizirano in organizirano).
- Primerjati gibalno dejavnosti predšolskih otrok na vasi in v mestu.
- Ugotoviti, ali imajo otroci v Posavski regiji dovolj možnosti za športno dejavnost znotraj vrtca in izven njega.

4 METODE DELA

4.1 VZOREC MERJENCEV

V vzorec je bilo zajetih 35 staršev predšolskih otrok, starih 4–6 let, iz Posavske regije. Anketne vprašalnike smo razdelili v štiri različne vrtce, dva na vasi (Artiče in Globoko) in dva v mestu (Brežice in Krško). V vsakem vrtcu smo razdelili 20 anketnih vprašalnikov.

4.2 VZOREC SPREMENLJIVK

Za potrebo raziskave je bil izdelan anketni vprašalnik za ugotavljanje športnega udejstvovanja predšolskih otrok in njihovih staršev v Posavski regiji. Vprašalnik je bil sestavljen iz 2 delov. Prvi del se je nanašal na starše in je zajemal 6 vprašanj, drugi del pa se je nanašal na predšolske otroke, stare 4–6 let, in je bil sestavljen iz 24 vprašanj. V prvem delu so bila vprašanja vezana na starše, na njihovo izobrazbo in športno dejavnost. V drugem delu so se vprašanja navezovala na njihove otroke, in sicer na njihovo športno aktivnost. Vprašanja v vprašalniku so bila zaprtega in odprtega tipa, anketiranci pa so odgovarjali tako, da so obkrožili enega izmed danih odgovorov ali dopisali odgovor.

Celoten pregled anketnega vprašalnika je v prilogi.

4.3 ORGANIZACIJA IN ZBIRANJE PODATKOV

Zbiranje podatkov je potekalo februarja 2009. Pred začetkom zbiranja podatkov smo se dogovorili z ravnateljicami posameznih vrtcev za uvodni sestanek. Ko so te privolile v sodelovanje, smo anketne vprašalnike razdelili vodjem posameznih vrtcev. Vodje so jih nato posredovali staršem otrok starih, 4–6 let. Po preteku 10 dni smo se oglasili po izpolnjene vprašalnike in se zahvalili za sodelovanje.

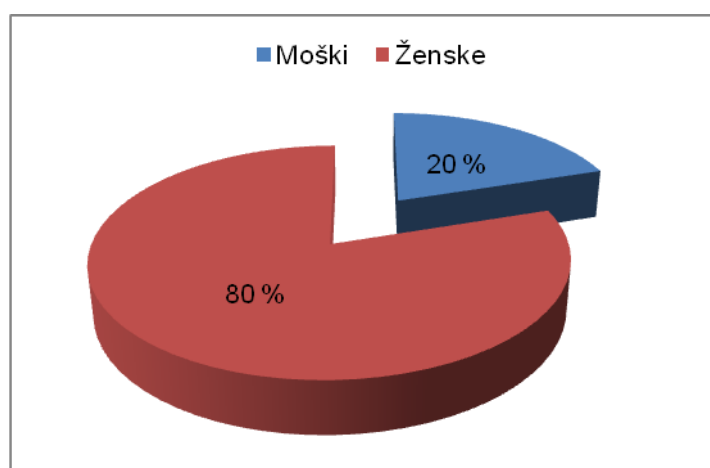
4.4 METODE OBDELAVE PODATKOV

Dobljene rezultate smo obdelali z računalniškim programom Excel. Prikazani so v tabelah ali grafih, katerim sledi interpretacija. Pri nekaterih odgovorih smo za nazornejšo predstavitev dobljenih podatkov rezultate prikazali v tabelah in grafih.

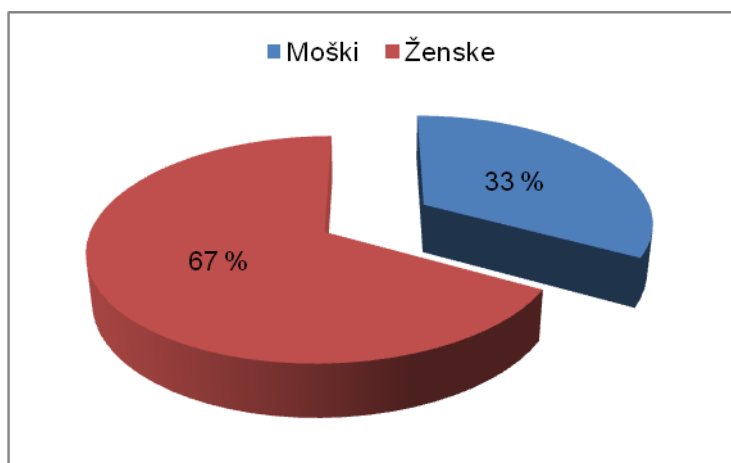
5 REZULTATI

Na podlagi anketnega vprašalnika in glede na zastavljene cilje, ki smo si jih zastavili v diplomskem delu, smo dobili sledeče rezultate:

V prvem delu vprašalnika smo ugotavljali osnovne podatke staršev, spol, stopnjo izobrazbe in pogostost ukvarjanja s športom.



Slika 1 a. Razmerje med moškimi in ženskami (vas).

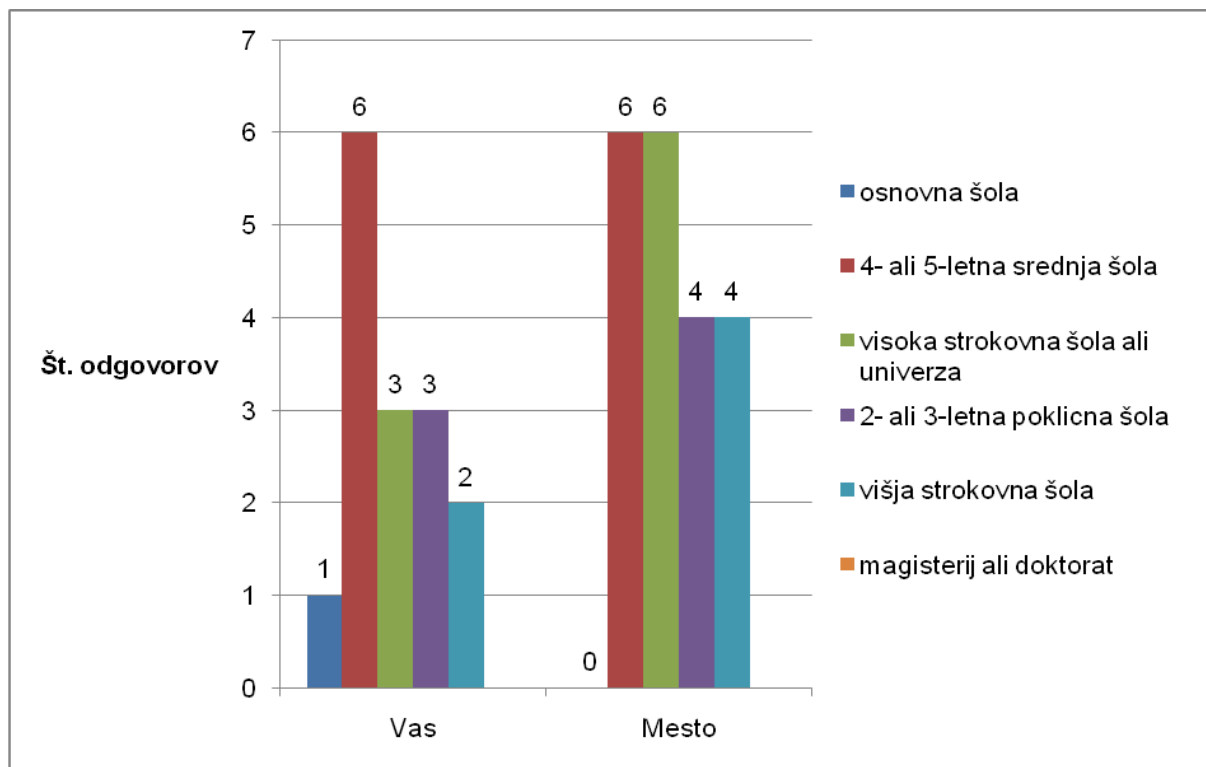


Slika 1 b. Razmerje med moškimi in ženskami (vas).

Anketo je izpolnilo 35 staršev. Od tega jih je bilo 20 iz mesta in predmestnega okolja, ter 15 z vasi.

Slika 1 a prikazuje razmerje med spoloma vprašanih staršev v mestu. V raziskavo je bilo vključenih dvajset staršev (20 % moških in 80 % žensk).

Slika 1 b prikazuje razmerje med spoloma vprašanih staršev na vasi. V raziskavo je bilo vključenih petnajst staršev (33 % moškega spola in 67 % ženskega spola). Ugotovimo lahko, da je večje število vprašanih staršev ženskega spola.



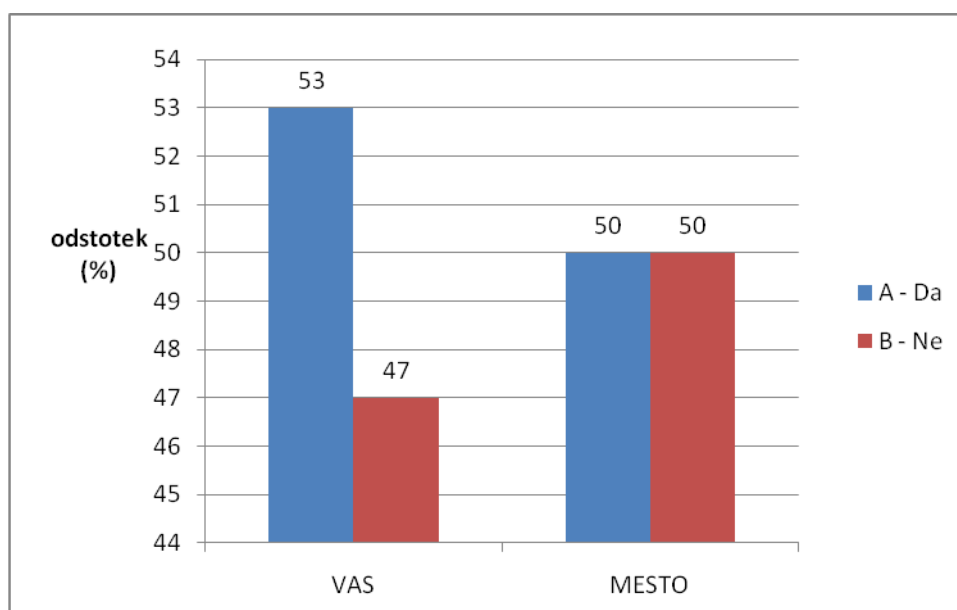
Slika 2. Stopnja izobrazbe staršev.

Slika 2 prikazuje stopnjo izobrazbe anketiranih staršev. Največ anketiranih staršev ima srednješolsko izobrazbo, tako na vasi kot v mestu. V mestu je bila višja stopnja staršev, ki imajo končano visoko strokovno šolo ali univerzo, prav tako pa tudi tistih, ki imajo narejeno višjo strokovno šolo.

Tabela 1

Ali ste se v mladosti ukvarjali s kakšnim športom?

možni odgovori	VAS		MESTO	
	št. odg.	odstotek	št. odg.	odstotek
A - Da	8	53	10	50
B - Ne	7	47	10	50
SKUPAJ	15	100	20	100

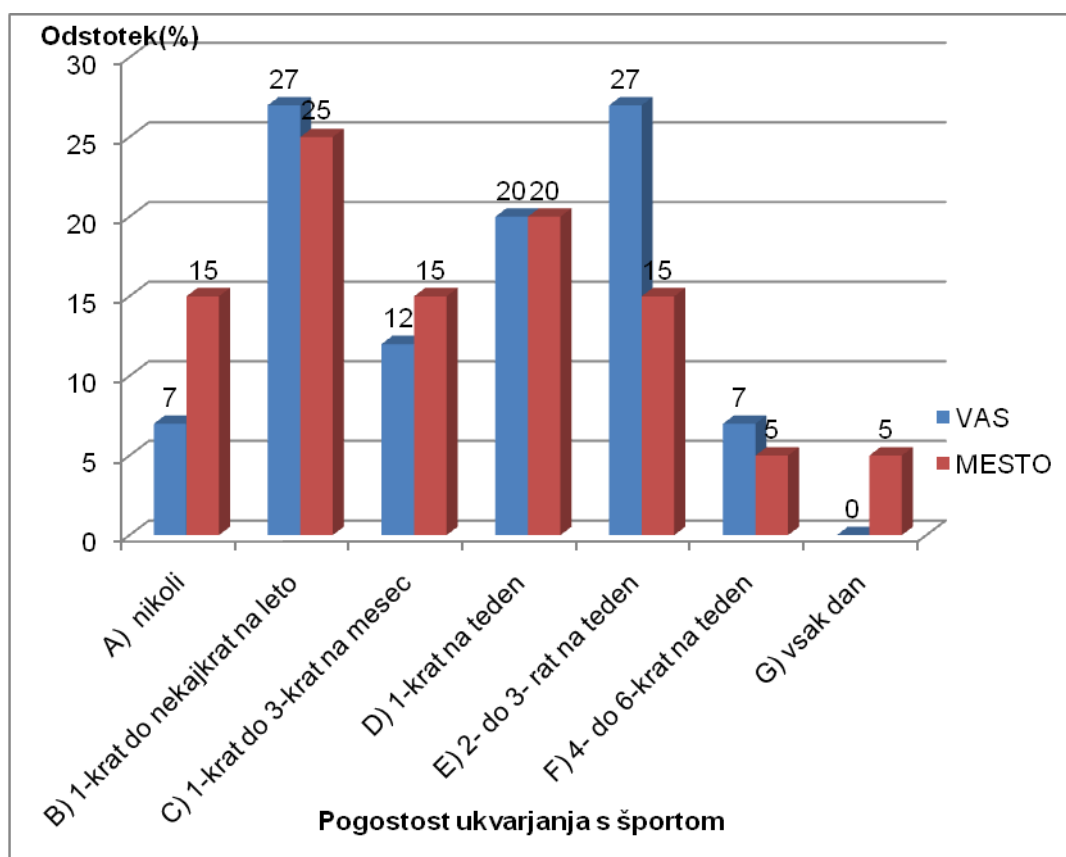


Slika 3. Ukvarjanje staršev s športom v njihovi mladosti.

Tabela 1 in Slika 3 prikazujeta, ali so se starši v svoji mladosti ukvarjali s kakšnim športom. Lahko vidimo, da se je nekaj več staršev, ki živijo na vasi (53 %), ukvarjalo s športom, kot tistih iz mesta, čeprav se to število vrti nekje okrog polovice tako na vasi kot v mestu.

Tabela 2
Pogostost ukvarjanja staršev s športom

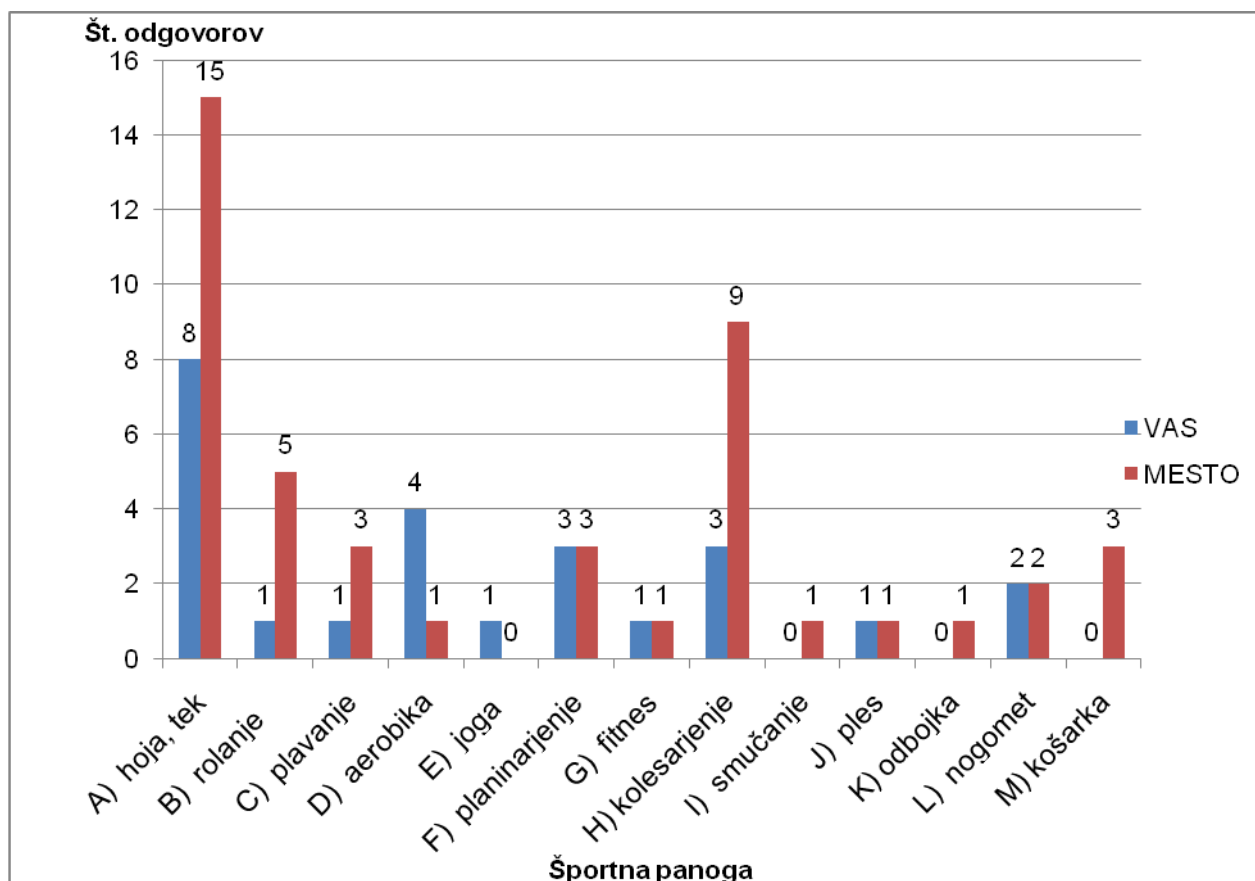
Odgovori	Vas		Mesto	
	Št. odg.	Odstotek (%)	Št. odg.	Odstotek (%)
A) nikoli	1	7	3	15
B) 1-krat do nekajkrat na leto	4	27	5	25
C) 1-krat do 3-krat na mesec	2	12	3	15
D) 1-krat na teden	3	20	4	20
E) 2- do 3-krat na teden	4	27	3	15
F) 4- do 6-krat na teden	1	7	1	5
G) vsak dan	0	0	1	5



Slika 4. Pogostost ukvarjanja staršev s športom.

Tabela 2 in Slika 4 prikazujeta pogostost ukvarjanja staršev s športom. Iz grafa lahko razberemo, da so več kot tri četrtine staršev športno aktivnih, kar je pomembno tudi za otrokovo športno udejstvovanje. Na vasi se 7 % staršev nikoli ne ukvarja s športom, v mestu pa je 15 % takih staršev. Največ staršev se s športom ukvarja le 1-

krat do nekajkrat na leto. 20 % staršev iz vasi in z mesta se ukvarja s športom 1-krat na teden. Na vasi se 7 % staršev nikoli ne ukvarja s športom, v mestu pa je kar 15 % takih. Na vasi ni bilo nikogar, ki se vsak dan ukvarja s športom. V mestu pa je bil le eden starš, ki je vsakodnevno športno aktiven.



Slika 5. Športne panoge, s katerimi se starši ukvarjajo.

Iz Slike 5 vidimo, da se največ staršev v mestu in na vasi ukvarja z neorganizirano vadbo, kot sta hoja in tek. V mestu sta prav tako priljubljena kolesarjenje in rolanje. Presenetilo nas je, da se večje število anketirancev na vasi udeležuje športov, kot sta aerobika in joga. Na vasi pa se nihče izmed anketiranih ne ukvarja z odbojko, košarko in smučanjem.

V drugem delu vprašalnika se vprašanja nanašajo na otroke vprašanih. Ugotavljali smo, ali so otroci športno aktivni, koliko so športno aktivni, s katerimi športnimi aktivnostmi se ukvarjajo, ali obiskujejo kakšen športni krožek, ali mislijo starši, da je vadba pomembna za otroke in zakaj, in ali imamo v Posavski regiji dovolj možnosti za športno dejavnost predšolskih otrok.

Tabela 3 a

Razmerje med dečki in deklicami (vas)

Spol	Št. otrok	Odstotek (%)
Dečki	12	80
Deklice	3	20
Skupaj	15	100

Tabela 3 b

Razmerje med dečki in deklicami (mesto)

Spol	Št. otrok	Odstotek (%)
Dečki	12	80
Deklice	8	20
Skupaj	20	100

Tabeli 3 a in 3 b prikazujeta razmerje med spoloma otrok na vasi in v mestu. V raziskavo je bilo vključenih 15 otrok z vasi in 20 otrok iz mesta, od tega 80 % dečkov in 20 % deklic. Ugotovimo lahko, da je večina otrok dečkov.

Tabela 4

Ali menite, da je Vaš otrok dovolj športno dejaven?

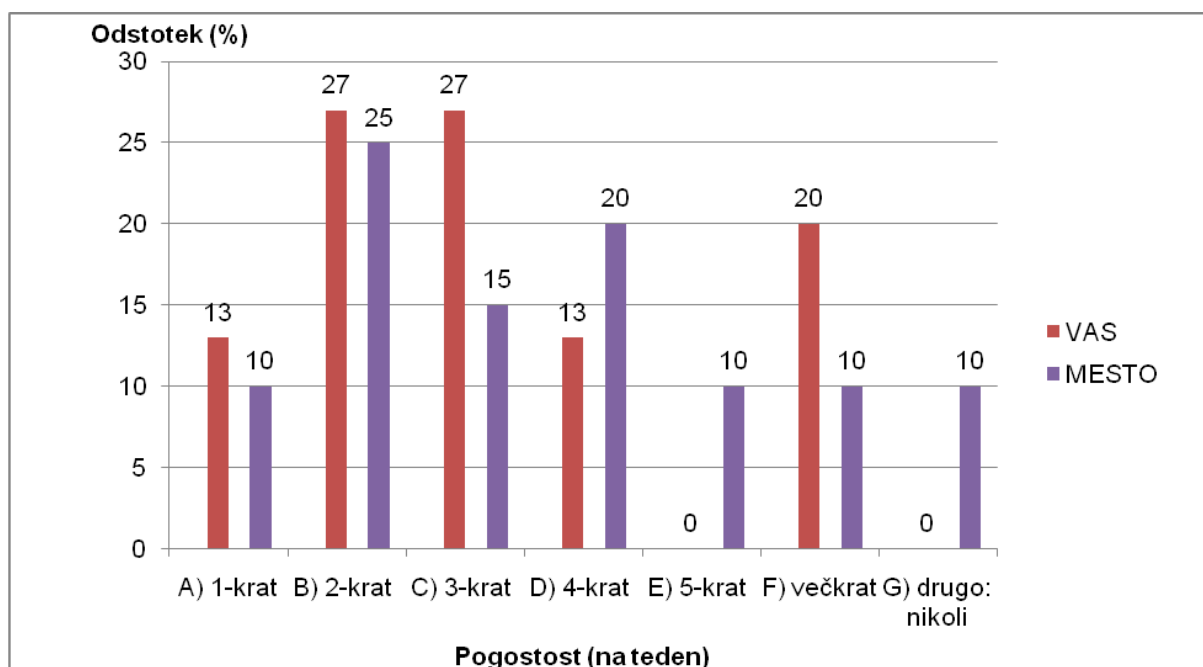
možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek	Št. odg.	Odstotek
1 – neaktiven	0	0	1	5
2 – premalo aktiven	1	7	0	0
3 – srednje aktiven	6	40	8	40
4 – aktiven	5	33	8	40
5 – zelo aktiven	3	20	3	15
SKUPAJ	15	100	20	100

Na lestvici od 1 do 5 je le 5 % staršev iz mesta obkrožilo odgovor 1 – neaktiven. Odgovor, da je njihov otrok premalo aktiven (na lestvici ocena 2), ni obkrožil nobeden od staršev iz mesta, na vasi je bilo le 7 % staršev, ki so bili tega mnenja. Največ staršev (40 %) je bilo mnenja, da je njihov otrok srednje aktiven (na lestvici ocena 3) in tudi veliko je bilo takih, ki so obkrožili odgovor »aktiven« (na vasi 33 % in v mestu 40 %). Le 20 % staršev na vasi in 15 % staršev v mestu meni, da je njihov otrok zelo aktiven.

Tabela 5

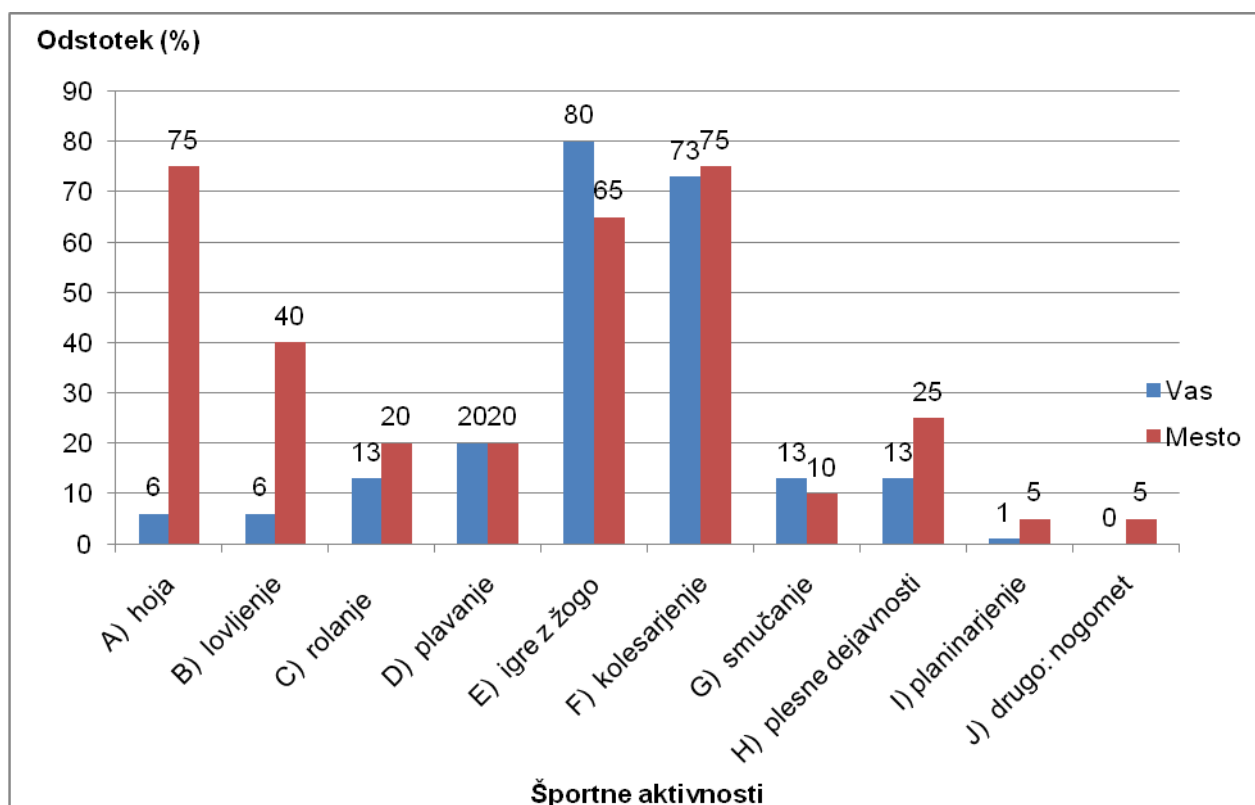
Kolikokrat na teden je Vaš otrok športno aktiven (neorganizirano – brez strokovnega vodstva)?

Odgovori	Vas		Mesto	
	Št. odg.	Odstotek (%)	Št. odg.	Odstotek (%)
A) 1-krat	2	13	2	10
B) 2-krat	4	27	5	25
C) 3-krat	4	27	3	15
D) 4-krat	2	13	4	20
E) 5-krat	0	0	2	10
F) večkrat	3	20	2	10
G) drugo: nikoli	0	0	2	10
SKUPAJ	15	100	20	100



Slika 6. Pogostost ukvarjanja otrok z neorganizirano vadbo.

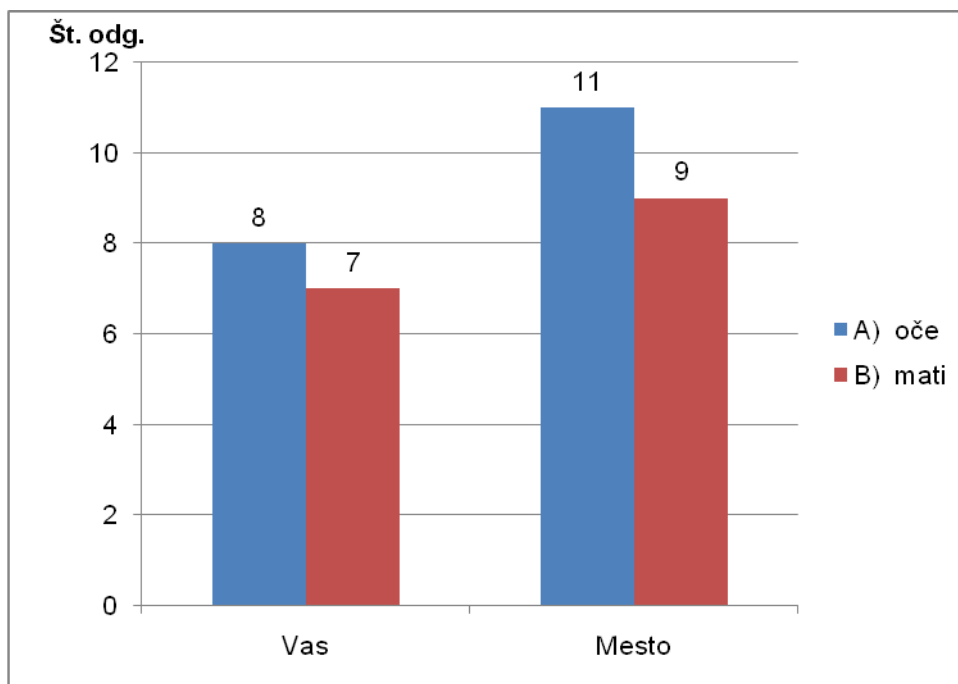
Tabela 6 in Slika 6 prikazujeta pogostost ukvarjanje otrok z neorganizirano vadbo. Sedemindvajset odstotkov otrok na vasi je gibalno aktivno 2-krat ali 3-krat na teden, nekaj pa je tudi takih, ki so aktivni večkrat na teden. V mestu se največ otrok ukvarja z neorganizirano vadbo 2-krat na teden (25 %), presenetljiv podatek pa je, da sta tudi dva otroka, ki nista nikoli gibalno dejavna (10 %).



Slika 7. Športna aktivnost, s katero se otroci največkrat ukvarjajo (neorganizirano).

Slika 7 prikazuje razmerje med vrsto neorganiziranih aktivnosti in številom otrok v mestu in na vasi. Ugotovimo lahko, da največ otrok iz mesta kolesari (75 %) in hodi (75 %), veliko pa je tudi takih, ki imajo radi igre z žogo (65 %). Med veliko otroki pa je priljubljeno lovljenje (40 %). Pet otrok izbere za aktivnost plesne dejavnosti, medtem ko je enako število tistih, ki rajši plavajo (20 %) in rolajo (20 %).

Največ otrokom z vasi so najbolj priljubljene igre z žogo (80 %), takoj za tem pa kolesarjenje (73 %). 13 % otrok se najraje ukvarja s smučanjem, rolanjem in plesnimi aktivnostmi, medtem ko hojo, lovljenje in planinarjenje izbere le malo otrok.



Slika 8. Kdo je več časa prisoten pri športni dejavnosti Vašega otroka?

Iz Slike 8 ugotovimo, da je nekaj več časa pri športni aktivnosti svojega otroka preživijo očetje.

Tabela 6

Ali se Vaš otrok ukvarja s športom, ki ste ga Vi trenirali v svoji mladosti?

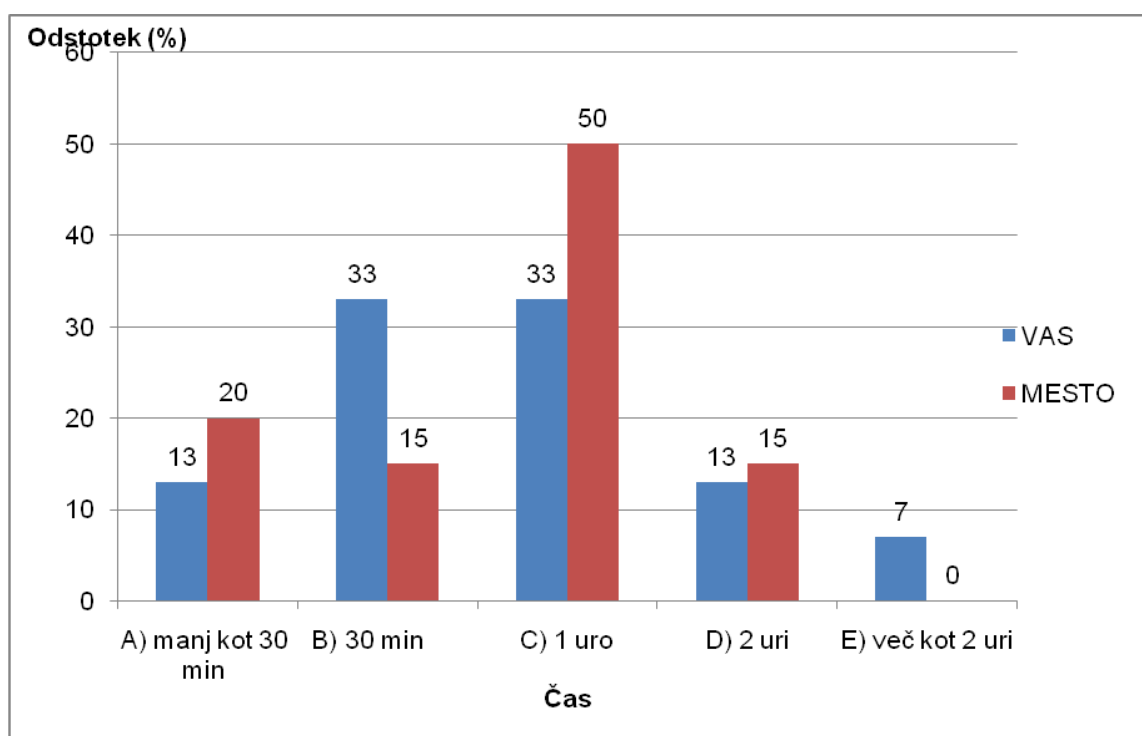
možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek (%)	Št. odg.	Odstotek (%)
A - Da	4	27	5	25
B - Ne	11	73	15	75
SKUPAJ	15	100	20	100

Iz Tabele 6 vidimo, da se otroci v večini primerov ne ukvarjajo s športom, ki so ga njihovi starši trenirali v svoji mladosti. Je pa tudi nekaj takih (25 % v mestu in 27 % na vasi), ki želijo, da njihov otrok trenira isti šport, kot so ga oni v svoji mladosti.

Tabela 7

Čas, ki ga otrok preživi na dan pred računalnikom in televizijo.

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek	Št. odg.	Odstotek
A) manj kot 30 min	2	13	4	20
B) 30 min	5	33	3	15
C) 1 uro	5	33	10	50
D) 2 uri	2	13	3	15
E) več kot 2 uri	1	7	0	0
SKUPAJ	15	100	20	100



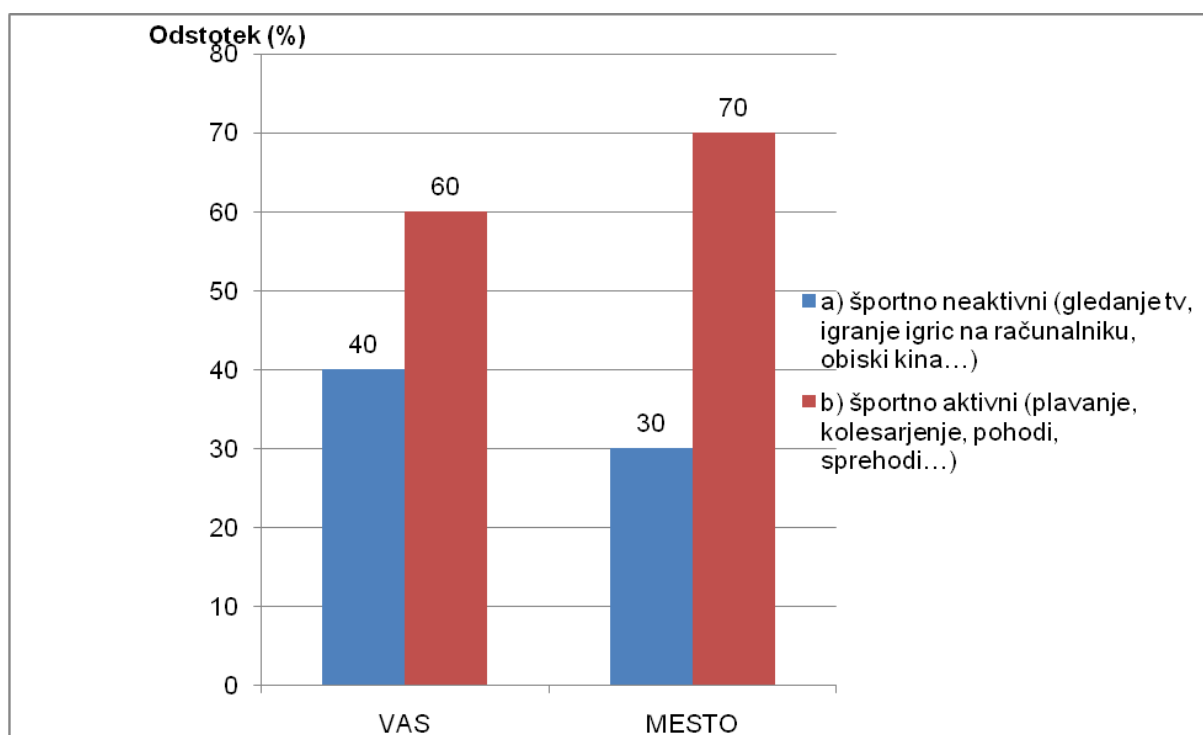
Slika 9. Čas, ki ga otrok preživi na dan pred računalnikom in televizijo.

Tabela 7 in Slika 9 nam prikazujeta čas, ki ga otrok preživi pred računalnikom in televizijo. Ugotovimo lahko, da otroci zelo veliko časa preživijo pred televizijo in računalnikom. V mestu je kar 50 % otrok, ki dnevno preživijo pred televizijo in računalnikom 1 uro, na vasi pa je 33 % takih otrok. Je pa tudi nekaj otrok, ki dnevno preživijo pred televizijo in računalnikom več kot dve uri (7 % na vasi).

Tabela 8

Kako otrok preživi prosti čas med vikendi in v času počitnic?

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek	Št. odg.	Odstotek
a) športno neaktivni (gledanje tv, igranje igrice na računalniku, obiski kina ...)	6	40	6	30
b) športno aktivni (plavanje, kolesarjenje, pohodi, sprehodi ...)	9	60	14	70
SKUPAJ	15	100	20	100

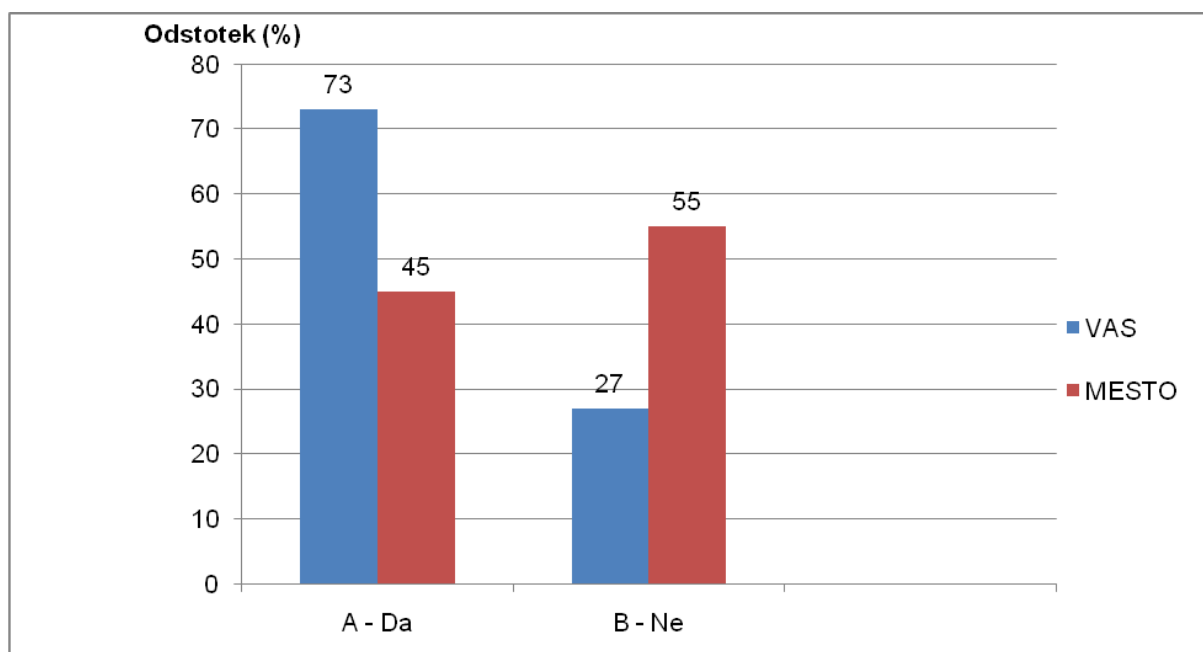


Slika 10. Prostni čas, ki ga otrok preživi med vikendi in v času počitnic.

Tabela 8 in Slika 10 nam prikazujeta preživljanje prostega časa, ki ga otroci preživijo med vikendi in v času počitnic. Ugotovimo lahko, da večina otrok preživi svoj prosti čas športno aktivno. V mestu je kar 70 % anketiranih otrok takih, na vasi pa 60 %. Pod odgovor športno neaktivno sodijo gledanje tv, igranje igrice na računalniku, obiski kina itd. Med te odgovore spada 40 % otrok na vasi in 30 % otrok v mestu.

Tabela 9
 Ali Vaš otrok obiskuje kakšen športni krožek?

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	odstotek	Št. odg.	odstotek
A - Da	11	73	9	45
B - Ne	4	27	11	55
SKUPAJ	15	100	20	100



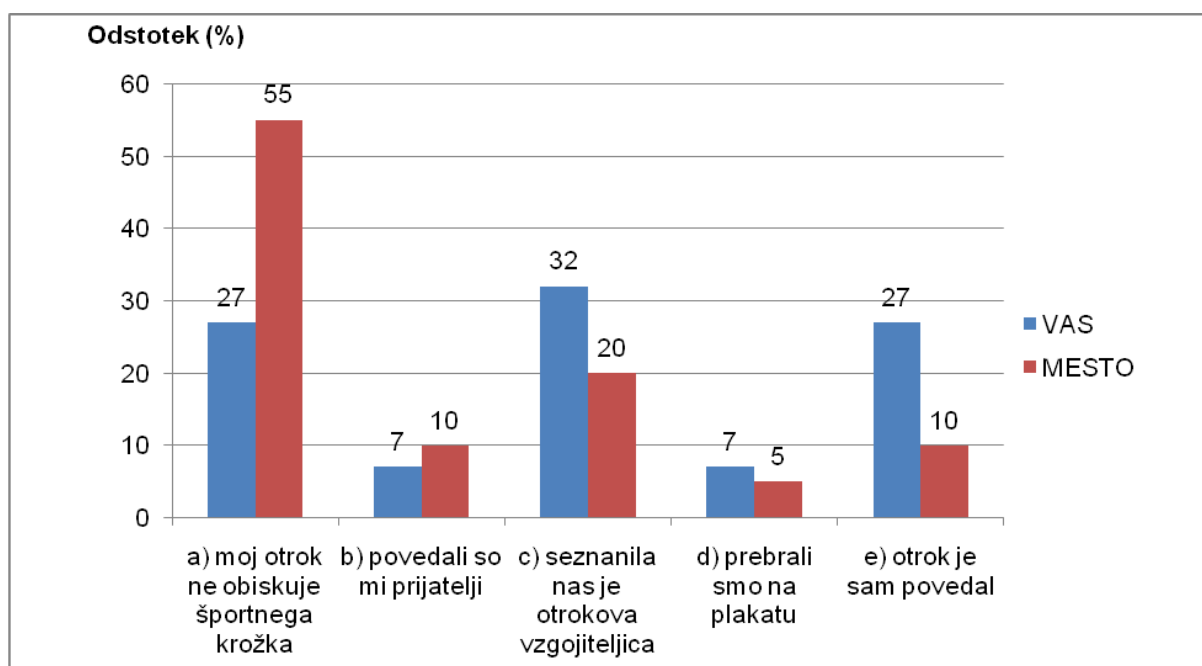
Slika 11. Grafična ponazoritev obiska otrok pri športnih krožkih.

Iz Tabele 9 in Slike 11 ugotovimo, koliko otrok obiskuje športne krožke oziroma organizirano športno aktivnost. Na vasi je večji delež takšnih otrok (73 %). V mestu pa se takšne vadbe udeležuje manj kot polovica anketiranih otrok (45 %).

Tabela 10

Kje in na kakšen način ste izvedeli za športni krožek, ki ste ga izbrali svojemu otroku?

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	odstotek	Št. odg.	odstotek
A) moj otrok ne obiskuje športnega krožka	4	27	11	55
B) povedali so mi prijatelji	1	7	2	10
C) seznanila nas je otrokova vzgojiteljica	5	32	4	20
D) prebrali smo na plakatu	1	7	1	5
E) otrok je sam povedal	4	27	2	10
SKUPAJ	15	100	20	100



Slika 12. Kje in na kakšen način ste izvedeli za športni krožek, ki ste ga izbrali Vašemu otroku?

Iz Tabele 10 in Slike 12 ugotovimo, da se otroci iz mesta kar v 55 % ne udeležujejo nobenega športnega krožka. Desetim odstotkom staršev v mestu, katerih otroci obiskujejo športno dejavnost, so za vadbo povedali prijatelji ali kar otrok sam. Nekaj več staršev je za vadbo izvedelo preko otrokove vzgojiteljice, le en starš v mestu pa je za vadbo prebral na plakatu. Na vasi je veliko več otrok, ki obiskujejo nekakšen športni krožek. Starše teh otrok je o vadbi v večini primerov seznanila otrokova vzgojiteljica (32 %) ali pa otroci sami (27 %). Le en starš je za vadbo izvedel preko prijateljev in en je prebral s plakata (7 %).

Tabela 11
Organizacija športne aktivnosti

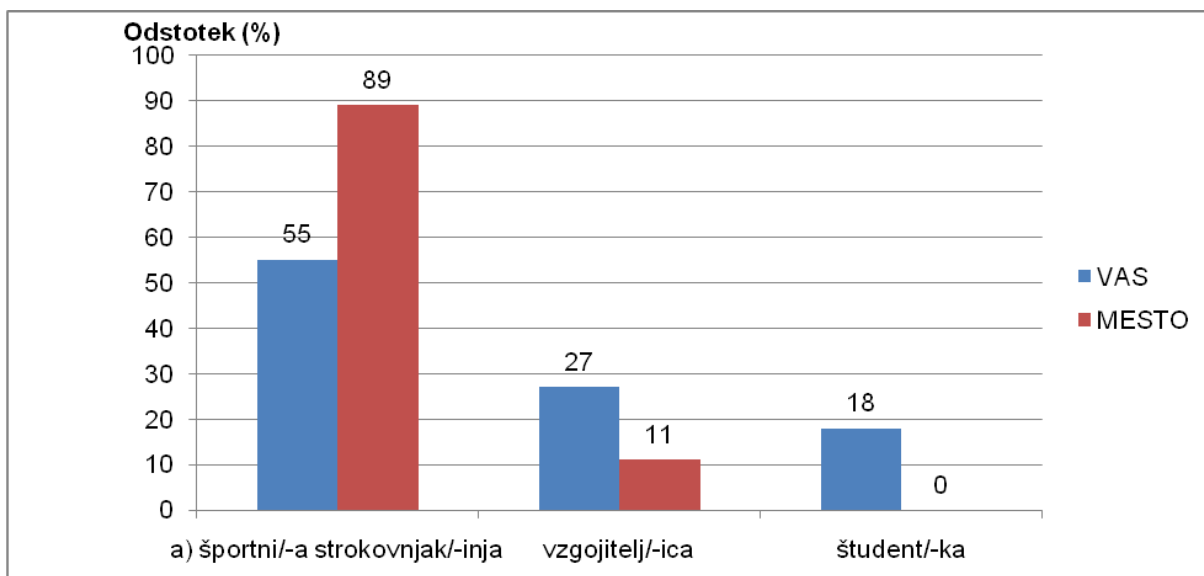
možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	odstotek	Št. odg.	odstotek
a) kot interesna dejavnost v vrtcu	9	81	5	56
b) kot dejavnost v športnem klubu/društvu	2	19	4	44
SKUPAJ	11	100	9	100

Iz Tabele 11 vidimo, da je športna vadba, ki jo obiskujejo otroci, v večini primerov organizirana v obliki interesne dejavnosti v vrtcu. Le nekaj več staršev v mestu svoje otroke vključuje v športno aktivnost, ki je organizirana v športnih društvih (44 %).

Tabela 12
Pobudnik za vključitev otroka v športno vadbo

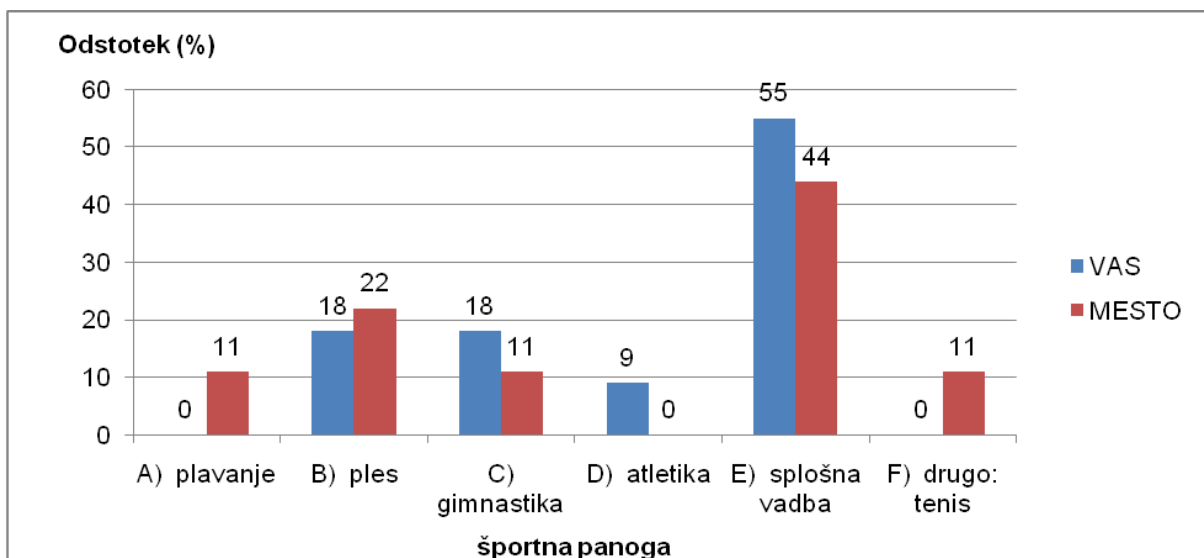
možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	odstotek	Št. odg.	odstotek
A) otrok sam	9	81	5	56
B) starši	2	19	4	44
C) sorodniki	0	0	0	0
D) vzgojiteljica	0	0	0	0
E) otrokov zdravnik	0	0	0	0
F) prijatelji	0	0	0	0
SKUPAJ	11	100	9	100

V večini primerov tako na vasi (81 %) kot v mestu (56 %) je bil pobudnik za vključitev v program otrok sam. Je pa tudi velik odstotek staršev v mestu, ki so vadbo svojemu otroku izbrali sami (44 %). Ni pa nobenega otroka, ki bi se vadbe udeležil na pobudo svojega zdravnika ali vzgojiteljice.



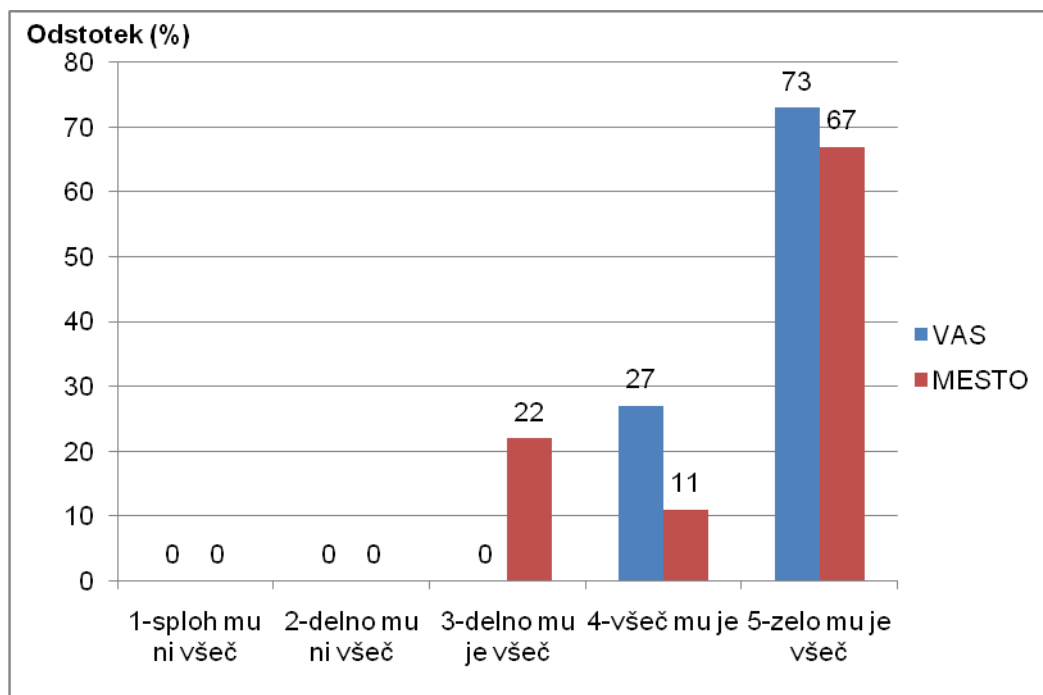
Slika 13. Vodja športnega krožka.

Iz Slike 13 vidimo, da je največ športno usposobljenih delavcev (55 % na vasi in 89 % v mestu), ki vodijo športni krožek. Takoj za njimi pa športno vadbo v vrtcu organizirajo vzgojiteljice, nekaj pa je tudi študentov (18 % na vasi).



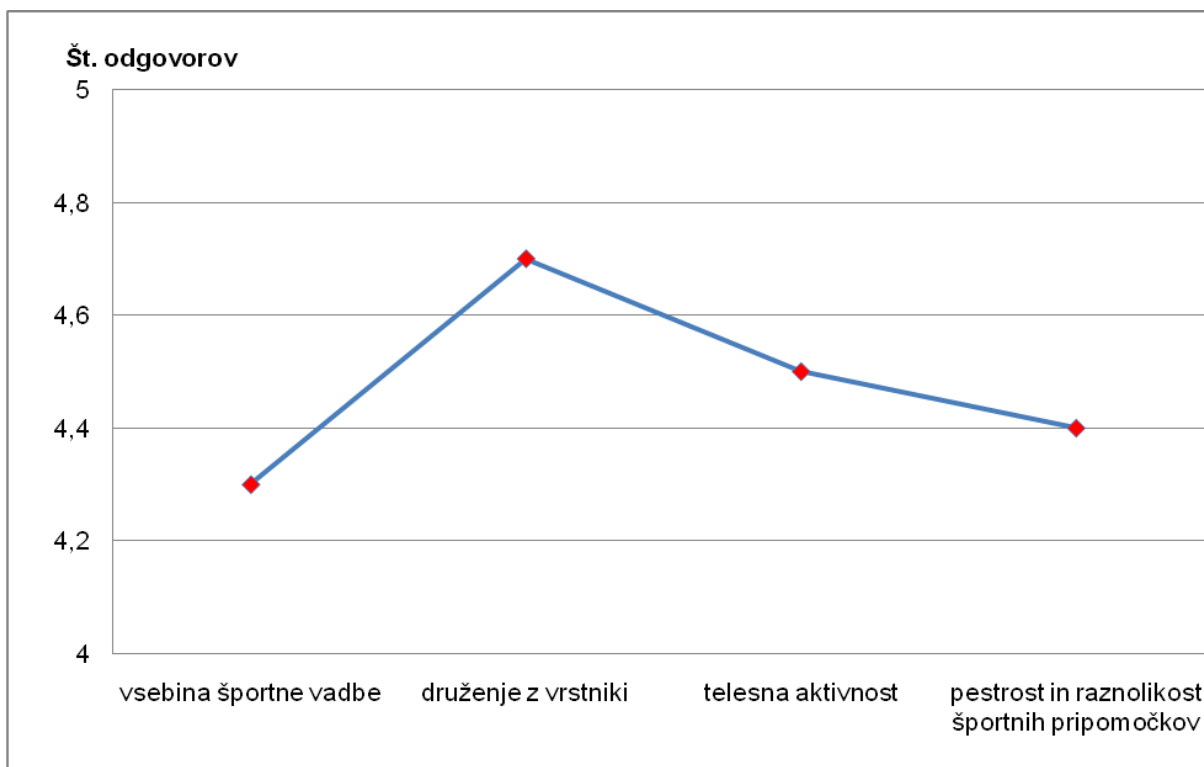
Slika 14. Organizirana športna dejavnost, ki jo otrok obiskuje.

Slika 14 prikazuje vrsto organiziranih športnih dejavnosti, ki jih otroci obiskujejo. Ugotovimo lahko, da se največ otrok udeležuje splošne vadbe tako na vasi (55 %) kot tudi v mestu (44 %). Druga najbolj obiskana je vadba plesa (22 % v mestu in 18 % na vasi), prav tako pa jih veliko obiskuje gimnastiko (18 % na vasi in 11 % v mestu). Le 11 % otrok v mestu izbere za vadbo plavanje in tenis, na vasi pa ni bilo nikogar takega. 9 % otrok na vasi pa ima najraje atletiko. Večina teh športnih dejavnosti poteka le 1-krat na teden.

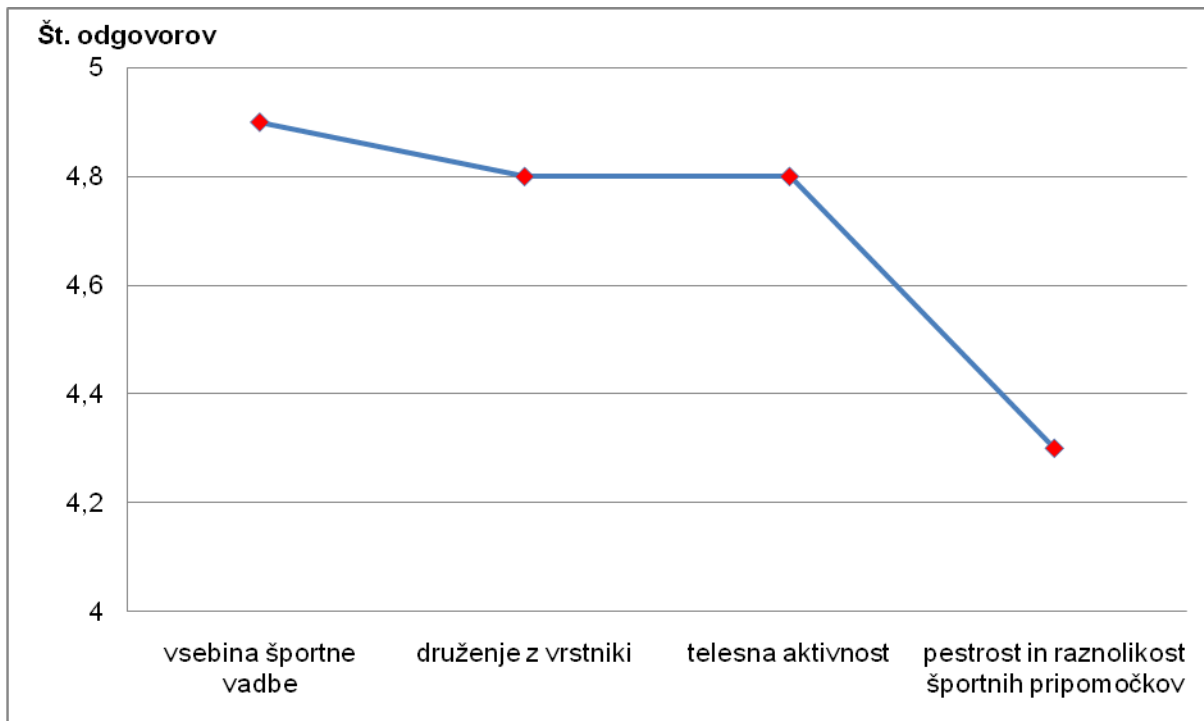


Slika 15. Ali je športna vadba všeč Vašemu otroku?

Na lestvici 1–5 (1 – sploh mu ni všeč, 5 – zelo mu je všeč) so starši ocenjevali, kako je vadba všeč njihovem otroku. Lahko vidimo, da je vadba, ki jo otroci obiskujejo, v večini primerov otrokom zelo všeč. Le 22 % otrokom iz mesta je športna vadba delno všeč (ocena 3), 11 % je všeč (ocena 4), ostalim otrokom pa je vadba, ki jo obiskujejo, zelo všeč (ocena 5). Na vasi je kar 73 % otrok vadba zelo všeč (ocena 5), 27 % pa je všeč (ocena 4).



Slika 16 a. Kaj je otrokom pri športni vadbi najbolj všeč (vas)?

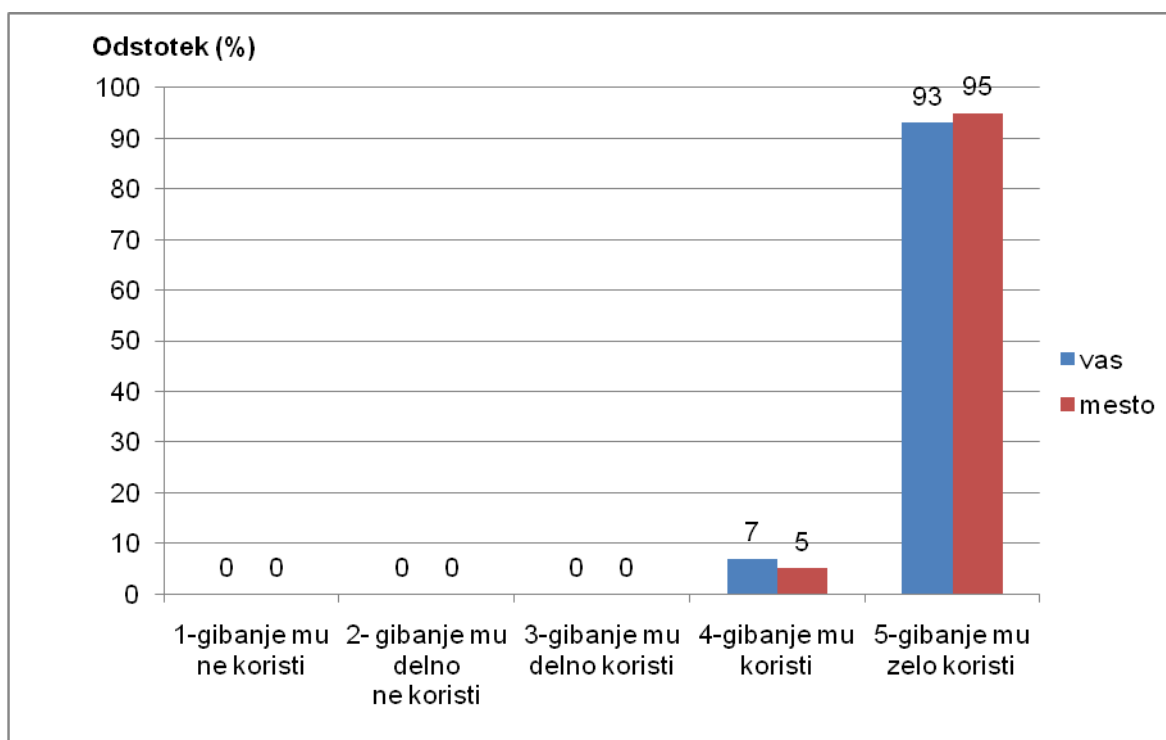


Slika 16 b. Kaj je otrokom pri športni vadbi najbolj všeč (mesto)?

Iz Slike 16 a in 16 b vidimo, da so otrokom z vasi in otrokom iz mesta všeč različne stvari. Starši so pri tem vprašanju ocenili od 1 do 5 (1 kot najmanj pomembno, 5 kot najbolj pomembno) vsako trditev posebej.

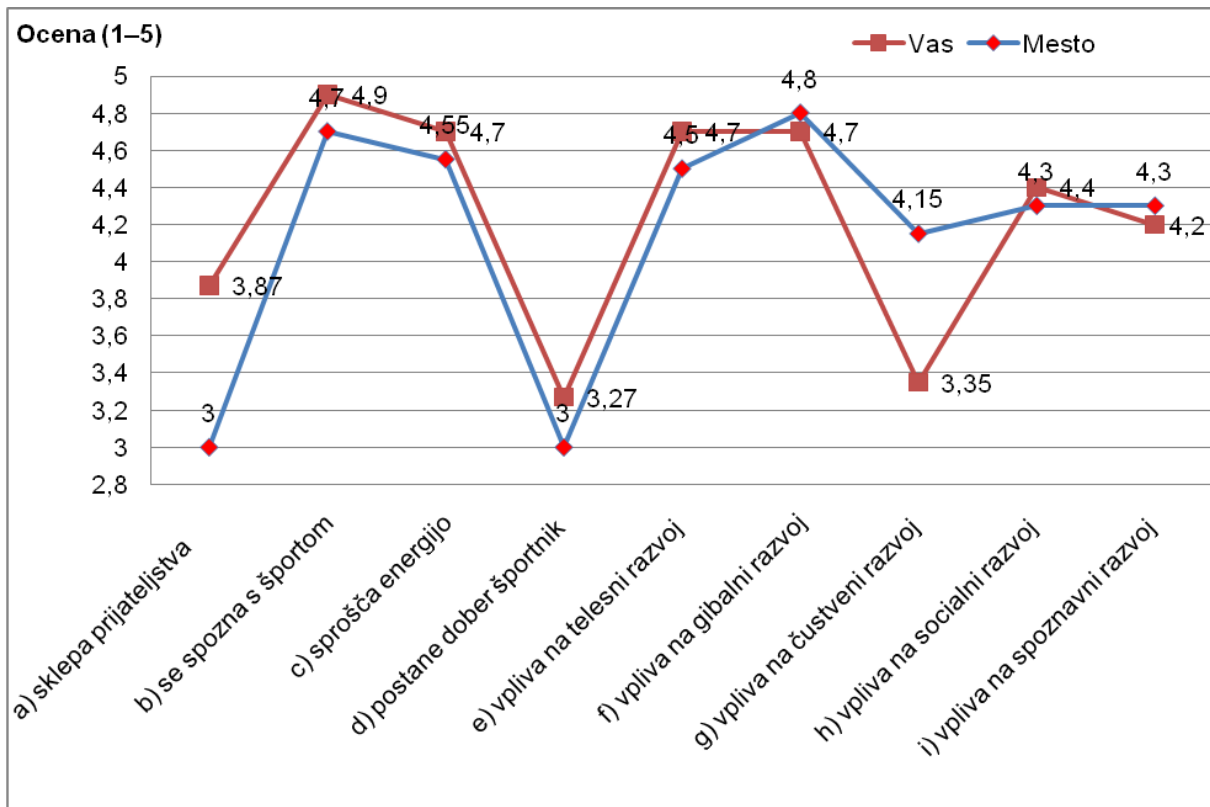
Otrokom na vasi je zelo všeč, da pri vadbi spoznavajo vrstnike in z njimi aktivno sodelujejo. Na drugem mestu je telesna aktivnost, ki se izvaja pri športni vadbi, potem pa pestrost in raznolikost športnih pripomočkov. Najmanj je otrokom všeč vsebina športne vadbe.

Otrokom iz mesta, ki obiskujejo športno vadbo, pa je najbolj všeč vsebina le-te. Takoj za tem pa jim je všeč druženje s sovrstniki in pa telesna aktivnost, ki jo izvajajo pri vadbi. Le malo je bilo takih, ki jim je všeč pestrost in raznolikost športnih pripomočkov.



Slika 17. Pomembnost športne dejavnosti za zdravje in razvoj Vašega otroka?

Na Sliki 17 vidimo, da je večina staršev tako na vasi kot v mestu mnenja, da je športna dejavnost zelo pomembna za zdravje in razvoj njihovega otroka in da mu ta zelo koristi.



Slika 18. Zakaj mislite, da je športna dejavnost pomembna za Vašega otroka?

Starši so pri tem vprašanju ocenili od 1 do 5 (1 kot najmanj pomembno, 5 kot najbolj pomembno) vsako trditev posebej.

Iz Slike 18 je razvidno, da so starši vključili otroka v organizirano športno vadbo predvsem zato, da lahko otrok na tak način razvija svoj gibalni in telesni razvoj. Staršem je pomembno tudi to, da se spoznava s športom že v zgodnji mladosti. Nekaj staršev je visoko ocenilo trditev, da tako otrok sprošča svojo energijo. Trditvi, da so vključili svojega otroka v športno vadbo, zato da postane dober športnik in da sklepa nova prijateljstva, sta bili v primerjavi z drugimi trditvami ocenjeni za manj pomembni. Vse ostale trditve so bile približno enako ocenjene z oceno okoli 4. Staršem na vasi se ni zdelo pomembno, da športna vadba vpliva na čustveni razvoj.

Tabela 13

Za celostni razvoj Vašega otroka je najbolje, da bi v vrtcu vodil ure športne aktivnosti

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek	Št. odg.	Odstotek
a) vzgojitelj/-ica	2	13	2	10
b) športni/-a pedagog/-inja, usposobljena za predšolsko vzgojo, in vzgojitelj/-ica	9	60	17	85
c) športni/-a pedagog/-inja	4	27	1	5
SKUPAJ	15	100	20	100

Iz Tabele 13 ugotovimo, da največ staršev misli (60 % z vasi in 85 % iz mesta), da bi bilo za njihovega otroka najbolje, da bi športne aktivnosti v vrtcu vodil športni/-a pedagog/-inja, z usposobljenostjo za predšolsko vzgojo, skupaj z vzgojiteljem. Nekaj staršev meni, da bi bilo najbolje, da bi vadbo vodili športni/-a pedagog/-inja (27 % z vasi in 5 % iz mesta). Samo 2 starša z vasi in 2 iz mesta sta mnenja, da bi moral za vse skrbeti vzgojitelj/-ica.

Tabela 14

Ali menite, da je v Posavju dovolj možnosti za športno dejavnost predšolskih otrok?

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek	Št. odg.	Odstotek
A - Da	9	60	12	60
B - Ne	5	33	8	40
C - Ne vem	1	7	0	0
SKUPAJ	15	100	20	100

Večina staršev (60 %) je mnenja, da je v Posavju dovolj možnosti za športno dejavnost predšolskih otrok. Nekaj je tudi takih (33 % na vasi in 40 % v mestu), ki menijo, da ni dovolj organiziranih športnih aktivnosti za to starostno skupino, en starš pa te informacije nima.

Tabela 15

Ali mislite, da je Vaš otrok dovolj športno aktiven, ko je v vrtcu?

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek	Št. odg.	Odstotek
A - Da	11	73	16	80
B - Ne	4	27	4	20
C - Ne vem	0	0	0	0
SKUPAJ	15	100	20	100

Iz Tabele 15 razberemo, da večina staršev misli, da je njihov otrok v vrtcu dovolj športno aktiven (73 % na vasi in 80 % v mestu), je pa tudi nekaj staršev, ki mislijo, da vrtec njihovemu otroku ne daje dovolj športnega znanja in aktivnosti (27 % na vasi in 20 % v mestu).

Tabela 16

Ali ponuja vrtec Vašega otroka kakšno dodatno ponudbo za športno dejavnost?

možni odgovori	VAS		MESTO	
	Št. odg.	Odstotek	Št. odg.	Odstotek
A - Da	11	73	9	45
B - Ne	4	27	9	45
C - Ne vem	0	0	2	10
SKUPAJ	15	100	20	100

Iz Tabele 16 vidimo, da se mnenja pri tem vprašanju zelo razlikujejo. V mestu je 45 % staršev, ki so mnenja, da vrtec njihovega otroka ponuja dodatno ponudbo za športno dejavnost, ravno tako pa je 45 % takih staršev, ki menijo, da vrtec ne ponuja dodatne ponudbe. Vendar je iz anket možno razbrati, da so tisti, ki so mnenja, da jim vrtec omogoča športno dejavnost, skoraj vsi iz istega vrtca. Kot smo poizvedeli, se v tem vrtcu izvaja dodatna športna vadba, le eden izmed staršev tega ni vedel. Na drugem vrtcu v mestu, kjer smo izvajali našo anketo, pa ni nobene dodatne ponudbe za športno aktivnost in starši to tudi vedo. Le 2 starša (10 %) nista vedela, ali je kakšna dodatna možnost, ki jo nudi vrtec njihovega otroka.

V obeh vrtcih na vasi poteka vadba za predšolske otroke in tudi starši v večini (73 %) to tudi vedo, le 4 starši niso vedeli, da vrtec ponuja dodatne športne dejavnosti.

6 RAZPRAVA

Z diplomskim delom smo želeli ugotoviti, kakšna je gibalna dejavnost predšolskih otrok in njihovih staršev v Posavski regiji. V anketo je bilo zajetih 35 otrok in njihovih staršev (15 z vasi in 20 iz mesta).

Z rezultati ankete, ki smo jo izvedli, smo ugotovili, da izobrazba staršev ne vpliva na gibalno dejavnost njihovih otrok. Čeprav smo bili mnenja, da bo večina staršev, ki več časa gibalno aktivno preživi s svojim otrokom, bolj izobraženih, se iz naše analize rezultatov to ni pokazalo, saj ima največ staršev zaključeno 4- ali 5-letno srednješolsko izobrazbo. Prav tako pa vključujejo svoje otroke v športne dejavnosti starši z nižjo in visoko izobrazbo. Kropcejeva (2001) je proučevala vpliv okolja na športno aktivnost 4- do 6-letnih otrok, ki hodijo v vrtec. Ugotovila je, da starši z višjo stopnjo izobrazbe in višjimi dohodki v večji meri skrbijo za otrokovo športno dejavnost. Prav tako je ugotovila, da se starejši roditelji, starši z več kot enim otrokom in starši samohranilci v večji meri športno ukvarjajo s svojim otrokom, vendar ta ne obiskuje športne igralnice.

Približno polovica anketiranih staršev se je v mladosti ukvarjala s športom in lahko vidimo, da je tudi sedaj aktivna polovica anketiranih staršev. Pogostost ukvarjanja s športom je dokaj majhna, saj se jih veliko ukvarja s športom le 1-krat do nekajkrat na leto, kar pa je bistveno premalo. To pa so najverjetneje kakšni izleti. Le malo je takih, ki se s športom ukvarjajo vsaj 1-krat ali večkrat na teden, za kar bi lahko rekli, da so dovolj športno aktivni. Še manj pa takih, ki to počnejo vsak dan. Večina staršev, ki se zavedajo pomembnosti gibanja, vpisuje svoje otroke v športne vadbe in so tudi z njimi veliko aktivni.

Največ staršev se ukvarja z neorganizirano vadbo, kot sta hoja in tek. Ti dejavnosti sta verjetno bolj priljubljeni, ker se pri njih ne rabi dodatne opreme. Poceni sta in zelo praktični, saj se lahko izvajata skozi vse leto. Prav tako pa je priljubljeno tudi kolesarjenje in rolanje. Presenetilo nas je, da se večje število anketirancev na vasi udeležuje športov, kot sta aerobika in joga. Vendar smo izvedeli, da se te športne aktivnosti izvajajo ravno na šolah in v različnih gasilskih ali kulturnih domovih na vasi.

Bergantova (2009) je ugotovila da se starši ukvarjajo neorganizirano med tednom, so odgovorili, da največ kolesarijo (46,6 %). Druga najpogostejša športna dejavnost je hitra hoja (39,7 %), sledi rolanje (25,9 %), planinarjenje (22,4 %), smučanje in deskanje na snegu (20,7 %), tek v naravi (19,0 %). V ospredju so predvsem športne dejavnosti, ki jih lažje izvajajo izven urbaniziranih naselij v naravi, kjer je razgiban teren. Nerazširjena dejavnost je le tek na smučeh. Z organiziranimi športnimi dejavnostmi se ukvarja le malo staršev, le-ti pa se ukvarjajo z aerobiko in drugimi oblikami športnih dejavnosti (8,6 %), sledi ples (5,2 %), pilates in tenis (3,4 %).

Čebokli (2006) ugotavlja, da so več kot tri četrtine staršev športno aktivne, kar je pomembno tudi za otrokovo športno udejstvovanje. Žal smo še vedno opazili precej velik odstotek staršev, ki se s športom sploh ne ukvarja oziroma so športno aktivni le nekajkrat letno. Kljub svoji športni neaktivnosti pa se zavedajo pomena športa in so otroka vpisali k vadbi.

V raziskovalnem delu Jambrešičeve (2003) je prav tako velik odstotek staršev (79 %), ki so športno aktivni. Starši, ki so športno aktivni, se predvsem poslužujejo športnih panog, kot so: hoja, tek, fitnes, odbojka, aerobika, kolesarjenje, rolanje, smučanje. Radi zahajajo tudi v hribe.

Raziskava Zaplatičeve (2007) nam je pokazala, da se večina vprašanih, ki se že v mladosti ni ukvarjala s športom, tudi sedaj ne ukvarja z njim. Nekaj je tudi takih, ki so se prej ukvarjali, sedaj pa se več ne. Ni pa bilo nobenega, ki se prej ni ukvarjal s športom, sedaj se pa ukvarja. Iz tega lahko sklepamo, če ti šport postane vrednota že od malih nog, ga tudi v svoji starosti ohranjaš. Na vasi se ukvarja veliko manj odraslih s športno aktivnostjo. Iz tega lahko sklepamo, da nimajo dovolj časa ali pa nimajo dovolj možnosti za vključevanje v športne programe. Vendar tisti odstotek ljudi na vasi, ki je športno dejaven, pa to počne večkrat na teden, kot to počnejo ljudje iz mesta, ki se ukvarjajo s športom.

Večina staršev je bila mnenja, da so njihovi otroci srednje aktivni (na lestvici 1–5 ocena 3) in pa aktivni (na lestvici 1–5 ocena 4). Manj pa je bilo takih, ki so bili mnenja, da je njihov otrok zelo aktiven (ocena 5); še manj pa takih, ki so menili, da je njihov otrok premalo aktiven (ocena 1). Vsak misli, da je njegov otrok dovolj gibalno dejaven, večina pa nima niti predstave, koliko bi morali biti otroci v teh letih aktivni. Vsak pa ima tudi svoj pogled o tem, kaj je dovolj in kaj premalo gibanja.

Tudi Zajčeva (2009) je v svoji raziskavi ugotovila, da je mnenje staršev o dovolj pogosti in intenzivni vadbi izredno visoko, saj povečini ocenjujejo, da so njihovi otroci dovolj gibalno/športno dejavni, kljub ugotovitvam, da več kot polovica otrok ne dosega minimalnih standardov ukvarjanja s športno dejavnostjo, ki jih priporočajo nekateri strokovnjaki. To pomeni, da se starši ne zavedajo pomena količine dnevnih športnih dejavnosti svojih otrok. Razveseljivo pa je dejstvo, da imajo starši pozitivno mnenje o vplivu gibalnih/športnih dejavnosti na otrokov celostni razvoj (povprečna vrednost 4.7 na lestvici od 1 do 5, kjer 5 pomeni popolno strinjanje).

Pri vprašanju o neorganizirani športni dejavnosti otrok smo izvedeli, da so otroci gibalno dejavni, vendar v povprečju premalo, saj jih je največ aktivnih le 2-krat na teden. Po našem mnenju bi moral biti otrok vsaj 4-krat ali večkrat na teden športno dejaven, ne glede za kakšno športno neorganizirano vadbo gre. Vidimo lahko, da starši posvečajo premalo pozornosti in časa gibalni dejavnosti svojih otrok.

Najpogostejši vrsti neorganizirane vadbe sta kolesarjenje in igre z žogo, kjer ni potrebnih posebnih veščin in napora s strani staršev. Ravno obratno je pri smučanju, planinarjenju, rolanju in plavanju, kjer je potrebna tudi večja udeležba staršev in dodatna oprema. Večina staršev v današnjem času nima dovolj časa in volje, da bi se ukvarjala s svojimi otroki, zato jih rajši posedejo pred računalnik in televizijo. Naša raziskava je pokazala, da je to število bistveno preveliko, če vzamemo v vedenje, da so to otroci, stari 4–6 let, ki bi morali večino svojega časa preživeti ob igri. Ugotovili smo, da največ otrok preživi pred televizijo in računalnikom 1 uro dnevno.

Ugotovili smo, da se večina otrok anketirancev ne ukvarja s športom, ki so ga njihovi starši trenirali v svoji mladosti. To se nam zdi pomembno, saj mislimo, da starši ne smejo na otrocih uresničevati svojih ciljev in sanj. Morajo jim dati možnost, da poskusijo čimveč različnih dejavnosti in se potem sami odločijo za tisto, kar jim je najbolj všeč.

Svoj prosti čas v času počitnic večina otrok preživlja gibalno aktivno. To nas je pozitivno presenetilo, saj mislimo, da se lahko v športu otroci zelo dobro povežejo s svojimi starši in tako skupaj koristno preživijo svoj prosti čas.

Naslednjih nekaj vprašanj ankete se je nanašalo na organizirano športno aktivnost, ki jo otroci obiskujejo. Ugotovili smo, da se na vasi veliko več otrok udeležuje organizirane športne dejavnosti. To nas je presenetilo, ker smo bili mnenja, da imajo v mestu več možnosti za vključevanje v različne športne aktivnosti, kar pa se iz naše ankete ni pokazalo. V obeh anketiranih vrtcih na vasi imajo organizirane športne dejavnosti v času vrtca, medtem ko ima to možnost samo en vrtec iz mesta. Menimo, da so starši v večini primerov premalo ozaveščeni o tem, kako je pomembna gibalna dejavnost njihovega otroka pod strokovnim, organiziranim vodstvom. Verjetno pa je v času vrtca na vasi več športnih dejavnosti, ker športni ponudniki tukaj vidijo boljšo možnost za zaslužek in je prijavljenih več otrok. V mestu imajo več možnosti za športne aktivnosti v popoldanskem času v različnih športnih društvih.

Raziskava Zaplatičeve (2007) je pokazala, da na vasi obiskuje športni krožek 57 % anketirancev, v mestu pa le 30 %. Otroci na vasi, ki se ukvarjajo s športno aktivnostjo, to počnejo le malokrat, največkrat 1-krat ali 2-krat na teden. Čeprav se v mestu manj otrok ukvarja s športom, se le-ti ukvarjajo z njim bolj aktivno, saj to počnejo večkrat na teden. V vseh primerih anketirancev z mesta se njihovi otroci raje gibljejo v naravi in so raje gibalno dejavni, kot pa sedijo pred računalnikom in televizijo. Na vasi je 42 % anketiranih odgovorilo, da njihovi otroci izvajajo svojo gibalno dejavnost v naravi in zaprtem prostoru, na kar so verjetno odgovorili tisti, katerih otroci obiskujejo kakšen športni krožek. Le en starš je obkrožil, da je njegov otrok raje pred računalnikom in televizijo kot pa gibalno dejaven.

Največ staršev na vasi je za športno vadbo izvedelo od otrokove vzgojiteljice (32 %) ali pa jim je otrok povedal sam (27 %). Staršem v mestu pa so za vadbo v večini primerov povedali prijatelji (20 %).

Čebokli (2006) je ugotovila, da je največ staršev (32 %) izvedelo za športno dejavnost tako, da jih je o tem seznanila otrokova vzgojiteljica. 26 % staršev je bilo seznanjenih preko plakatov in letakov. Kar 16 % vseh otrok je samih seznanilo starše o športni vadbi. Velik odstotek otrok se udeležuje vadbe, ker so jih za to predhodno navdušili bratje in sestre.

V raziskavi o športnem programu ABC-šport za predšolske otroke, ki jo je opravila Jambrešičeva (2003), je razvidno, da je večina staršev za športni program izvedela preko plakatov in letakov (44 %). Staršev, ki so za športni program izvedeli od prijateljev, je bilo 34 %, 14 % pa je bilo takih, ki so bili obveščeni s strani vzgojiteljice v vrtcu oziroma razredničarke v šoli. Nikomur od staršev ni povedal otrok sam.

Športna vadba, ki jo predšolski otroci naših anketirancev obiskujejo, je največkrat organizirana kot interesna dejavnost znotraj vrtca. Vendar se je pokazalo, da nekaj več staršev iz mesta svoje otroke v popoldanskem času vključuje v športne dejavnosti, ki jih organizirajo športna društva. To je verjetno zato, ker nimajo te možnosti v sklopu vrtca. Najlažje bi bilo, če bi vsi imeli možnost, da bi lahko svoje otroke vključevali v športne krožke, ki bi se izvajali v času, ko so otroci v vrtcu. To bi bilo v veliko olajšanje staršem in tudi za otroke je lažje, če športno dejavnost izvajajo skupaj s svojimi prijatelji, ki jih poznajo iz vrtca.

V večini primerov tako na vasi kot v mestu je bil pobudnik za vključitev v program otrok sam, kar se nam zdi pohvalno in je za to starost razmeroma neobičajno. Nekateri starši pa so vadbo svojim otrokom izbral sami. Lahko smo zadovoljni, ker so rezultati pokazali, da so pri odločitvi in izbiri imeli veliko vlogo poleg staršev tudi otroci. Pogosto pa se otroci odločijo za kakšno dejavnost le zato, ker se je zanjo odločil tudi njihov prijatelj. Včasih niso čisto prepričani, koliko si tega sploh želijo. Zato je prav, da otrokom na uvodni uri poskušamo vadbo čim bolj predstaviti, da vidijo, če jim je všeč. Prav je tudi, da starši otroke spodbujajo na športni vadbi in jim pomagajo, da vztrajajo tudi takrat, ko jim vadba morda ni več tako všeč.

Zelo pohvalno je, da največ športnih dejavnosti vodijo športno usposobljeni delavci, veliko športnih krožkov pa vodijo same vzgojiteljice. Vendar vzgojiteljice s svojim šibkim znanjem na področju športne vzgoje otrokom ne morejo nuditi toliko, kot bi otroci potrebovali in si zaslužili. Vzgojiteljice bi morale biti še bolj podkovane na tem področju, saj v večini vrtcev ravno one vodijo gibalne dejavnosti otrok.

Najpogostejše izbrana organizirana vadba predšolskih otrok je bila splošna vadba, nekaj pa jih tudi obiskuje ples in gimnastiko. Po našem mnenju bi morala biti najbolj obiskana splošna vadba, kar lahko iz naše raziskave tudi potrdimo. S splošno vadbo pridobi otrok temeljna znanja na vseh področjih športa. Iz izkušenj vemo, da otrok pri taki vadbi pridobi bazo osnovnih gibanj. Po našem mnenju bi se morali starši bolj zavedati, da je za otroke najbolj učinkovit splošni razvoj, ki mu daje osnovo za vse nadaljnje športne dejavnosti v življenju.

Kropejeva (2001) je ugotovila, da se več kot polovica otrok, starih od 4 do 6 let, ne ukvarja z nobeno organizirano dejavnostjo. Iz naše raziskave pa lahko ugotovimo, da se otroci udeležujejo organiziranih vadb (na vasi 75 % in v mestu 45 % anketiranih otrok).

Vadba, ki jo otroci obiskujejo, je večini otrok zelo všeč. Zelo pomembno se nam zdi, da otroci z veseljem obiskujejo športno vadbo, ki so si jo izbrali sami ali pa so jo za njih izbrali njihovi starši. Če otrok uživa v tem, kar dela, se bo veliko več naučil in imel več od tega. Otrokom z vasi je zelo všeč, da na vadbi spoznavajo vrstnike in z njimi aktivno sodelujejo. Vsekakor je to zelo pomembno, saj si otrok na ta način širi krog prijateljev, uči se sodelovanja, medsebojne pomoči, zdrave tekmovalnosti, potrpežljivosti itd. Na vadbi je otrokom najbolj všeč, da se sproščeno družijo z vrstniki, sklepajo nova prijateljstva, kar jim daje občutek pripadnosti in jih osrečuje ter si tako pod vplivom družbenega okolja razvijajo osebnost. Otroci si pridobijo lastnosti, primerne za normalno življenje v skupnosti. Všeč pa jim je tudi fizična aktivnost, ki se izvaja na športni vadbi, in pa pestrost in raznolikost športnih pripomočkov. Otrokom iz mesta je najbolj všeč vsebina vadbe, ki jo obiskujejo. Zato menimo, da je potrebno otrokom ponuditi čim bolj raznovrstno in zanimivo vsebino, saj le tako lahko pritegnemo njihovo pozornost.

Večina staršev tako na vasi kot v mestu je mnenja, da je športna dejavnost zelo pomembna za zdravje in razvoj njihovega otroka, čeprav nam nekateri drugi odgovori iz ankete tega niso najbolj potrdili. Čeprav so mnenja, da je športna aktivnost pomembna, jih ne vključujejo v organizirane športne aktivnosti pod strokovnim vodstvom. Lahko pa se vprašamo, kje nastane problem, ali je to denar ali pa še bolj verjetno čas, ki ga je danes tako zelo malo. Starši zato raje vpisujejo otroke v krožke, ki se odvijajo, ko so otroci v vrtcu, saj tako niso dodatno obremenjeni. Drugače pa je, če jih vpišejo k športnim aktivnostim, ki se odvijajo v popoldanskem času. V tem primeru si morajo starši vzeti čas in otroka voziti na vadbo, kar pa velikokrat predstavlja oviro, ki se ji starši raje izognejo tako, da otroku ne omogočijo dodatne športne aktivnosti. S takšnimi problemi se srečujejo društva, ki imajo vadbo organizirano v popoldanskem času. Težko pridobijo otroke za vadbo, še težje pa jih zadržijo. Zato mislimo, da bi bilo bolje za vse, če bi bila športna aktivnost

organizirana v sklopu vrtca, pod vodstvom športnega strokovnjaka, usposobljenega za predšolsko vzgojo.

Večina staršev je vključila otroka v organizirano športno vadbo predvsem zato, da na tak način razvija svoj gibalni in telesni razvoj. Staršem je pomembno tudi to, da se spoznava s športom že v zgodnji mladosti. Nekaj staršev je visoko ocenilo trditev, da tako otrok sprošča svojo energijo. Trditev, da so vključili svojega otroka v športno vadbo, da bi postal dober športnik, je bila ocenjena za manj pomembno. Staršem se ne zdi pomembno tudi to, da otrok na vadbi sklepa nova prijateljstva, medtem ko smo že ugotovili, da je to otrokom zelo pomembno. Menimo, da otrok s tem, ko spoznava nove prijatelje, veliko pridobiva, še posebej na čustvenem in socialnem razvoju. Staršem na vasi se ni zdelo pomembno, da športna vadba vpliva na čustveni razvoj. Iz raziskave Čebokli (2006) je razvidno, da so starši vključili otroka v organizirano športno vadbo predvsem zato, da lahko otrok na tak način razvija svoje gibalne sposobnosti. Nekaj staršev je visoko ocenilo trditev, da tako otrok koristno preživi prosti čas. Športna vadba, v katero je vključen njihov otrok, jim je všeč in nimajo večjih pripomb. Nekatere moti pretirana obremenitev in tekmovalnost, ki sta na vadbi prisotna. To si lahko razlagamo tudi kot pomanjkanja ustreznega znanja na tem področju oziroma pretirana bojazen, da otrok takega napora ne zmore in se lahko celo poškoduje.

V raziskavi Čeboklijeva (2006) ugotavlja, da se večina anketiranih staršev zaveda, da gibalne dejavnosti pozitivno vplivajo na gibalno področje otrokovega razvoja in njegov telesni razvoj. Menijo tudi, da gibalne dejavnosti pozitivno vplivajo na otrokove osebne lastnosti. Še vedno pa je kar nekaj staršev, ki niso dovolj osveščeni o tem, kako pomembne so gibalne dejavnosti za otrokov socialni, emocionalni ter motorični razvoj. Starši menijo, da vadba le v manjši meri vpliva na otrokov socialni in emocionalni razvoj. To mogoče lahko pripisujemo njihovi nezadostni »razgledanosti« na področju športa ali nestrokovnosti vaditelja, ki jim daje takšen vtis.

V raziskavi o gibalni dejavnosti predšolskih otrok, ki jo je opravila Zaplatičeva (2007), je razvidno, da so vsi starši anketiranih otrok enakega mnenja, da je gibalna dejavnost pomembna. Večina jih je mnenja, da je gibalna dejavnost pomembna zato, ker je dobra za otrokov motorični razvoj. Na drugo mesto so postavili trditev, da je gibalna dejavnost pomembna za otroka zato, ker tako sprošča svojo energijo. Pomembno jim je tudi, da pri gibalni dejavnosti spoznava nove prijatelje. Le v mestu je bila razlika, ko je nekaj staršev odgovorilo, da je gibalna dejavnost pomembna za njihovega otroka zato, da bi v prihodnosti postal dober športnik. Večina anketiranih staršev na vasi (43 %) meni, da gibalna aktivnost vpliva predvsem na otrokov gibalni razvoj. Medtem ko starši v mestu menijo, da gibalna aktivnost najbolj vpliva na otrokove osebne lastnosti. Anketiranci z vasi so na drugo mesto postavili pomen

vpliva športa na otrokov socialni razvoj, medtem ko starši iz mesta menijo, da je pomemben gibalni razvoj. Veliko jih je obkrožilo tudi več odgovorov, torej so mnenja, da je gibalna aktivnost pomembna za vsa področja otrokovega razvoja.

Večina staršev je enakega mnenja, da bi morali športno aktivnost njihovih otrok voditi športni pedagogi z usposobljenostjo za predšolsko vzgojo, pri tem pa naj bi jim pomagala vzgojiteljica. Športni pedagogi, posebej specializirani na predšolskem področju, najbolje poznajo otroka in vse sposobnosti, ki jih otroci v teh letih zmorejo. Njihova vzgojiteljica pa jih najbolje pozna, kakor tudi oni njo, in ji tudi zaupajo. Zelo pomembno je, da otroku v teh letih damo prave informacije o določenem gibanju, saj je narobe naučeno kasneje zelo težko popraviti. Zelo se nam zdi pomembno, da tudi starši razmišljajo v pravi smeri.

Starši menijo, da je v Posavju dovolj možnosti za športno dejavnost predšolskih otrok. Nekaj je tudi takih, ki s ponudbo niso najbolj zadovoljni. En starš pa informacije o organizirani vadbi za predšolske otroke v Posavski regiji nima. Po naših informacijah je v Posavju kar nekaj ponudnikov, ki nudijo vadbo za predšolske otroke. To so predvsem društva, ki ponujajo splošno telesno vadbo za otroke, plavanje, gimnastiko in ples. Večina od njih se odvija v popoldanskem času, kar pa lahko predstavlja velik problem in dodatno obremenitev za starše.

Večina staršev misli, da je njihov otrok v vrtcu dovolj športno aktiven. Je pa tudi nekaj staršev, ki mislijo, da vrtec njihovemu otroku ne nudi dovolj športnega znanja in aktivnosti. Večino športnih dejavnosti v vrtcih vodijo vzgojiteljice, ki pa niso specializirane za to področje. Mislimo, da bi moral vsak vrtec imeti svojega športnega pedagoga za izvajanje gibalnih dejavnosti predšolskih otrok. V nekaterih vrtcih že izvajajo to, vendar jih večina nima denarja za plačevanje še dodatnega strokovnega delavca. Žal si v naši državi, ki ni najbolj športno usmerjena, tega ne moremo privoščiti. Želimo si, da bi v prihodnje bilo več različnih športnih dejavnosti, prilagojenih tej starostni skupini.

Vedenja staršev o tem, ali vrtec njihovega otroka ponuja dodatno ponudbo za športno dejavnost, so se zelo razlikovala. V mestu je polovica staršev, ki so mnenja, da vrtec njihovega otroka ponuja dodatno ponudbo za športno dejavnost, ravno tako pa je polovica takih, ki menijo, da vrtec ne nudi dodatne ponudbe. Vendar je iz anket možno razbrati, da so tisti, ki so mnenja, da jim vrtec omogoča športno dejavnost, skoraj vsi iz istega vrtca. Kot smo poizvedeli, se v tem vrtcu izvaja dodatna športna vadba, le eden izmed staršev tega ni vedel. V drugem vrtcu v mestu, kjer smo izvajali našo anketo, pa ni nobene dodatne ponudbe za športno aktivnost in starši to tudi vedo. Le 2 starša ne vesta, ali je kakšna dodatna možnost, ki jo nudi vrtec njihovega otroka. V obeh vrtcih na vasi poteka vadba za predšolske otroke in tudi starši so v večini s tem seznanjeni, le štirje starši niso vedeli, da vrtec ponuja dodatno športno

dejavnost. Torej v treh od štirih vrtcev, v katerih je potekalo anketiranje, imajo organizirano športno dejavnost, ki jo vodijo zunanji sodelavci. Večina izmed njih je tudi strokovno usposobljena. Vadba poteka v času, ko so otroci v vrtcu, kar ne predstavlja dodatne obremenitve za starše in večina otrok in staršev je z vadbo zadovoljna.

V raziskava Zaplatičeve (2007) je bila večina anketirancev iz mesta mnenja, da v Posavju predšolski otroci nimajo dovolj možnosti za vključevanje v različne športne programe, prilagojene tej starostni skupini. Anketirani na vasi pa so bili zadovoljni s ponudbo, ki jo ponuja Posavska regija. Večinoma so starši otrok zadovoljni s ponudbo vrtca njihovega otroka, saj menijo, da jim ta omogoča dovolj gibalne dejavnosti. Le 10 % staršev z vasi je ta odgovor obkrožilo negativno. Starši, ki imajo svoje otroke v vrtcih na vasi, so mnenja, da vrtec njihovemu otroku ne ponuja dovolj dodatnih možnosti za vključevanje v kakšne športne programe (43 %). Starši, katerih otroci obiskujejo vrtec v mestu, pa menijo, da jim le-ta ponuja dovolj možnosti za vključevanje v kakšne dodatne športne programe.

7 SKLEP

V diplomskem delu je bil naš glavni cilj ugotoviti, ali so predšolski otroci v Posavski regiji dovolj športno dejavni in kakšna je razlika v gibalni dejavnosti predšolskih otrok v mestu in na vasi. S katerimi športnimi aktivnostmi se ukvarjajo, organizirano in neorganizirano. Želeli smo tudi ugotoviti, ali so otroci v času, ko so v vrtcu, dovolj športno aktivni in če jim njihov vrtec ponuja kakšno dodatno športno ponudbo.

V raziskavi smo uporabili anketni vprašalnik, ki vsebuje šest vprašanj o športni aktivnosti staršev predšolskih otrok in štiriindvajset vprašanj, ki se nanašajo na športno dejavnost predšolskih otrok.

Anketne vprašalnike so starši predšolskih otrok reševali doma in jih v dogovorjenem roku prinesli v vrtec. Vzorec je zajemal starše in predšolske otroke iz štirih različnih vrtcev (petnajst z vasi in dvajset iz mesta).

Rezultati ankete so pokazali, da so aktivne več kot tri četrtine anketiranih staršev. Pogostost ukvarjanja s športom pa je majhna. Največ staršev se ukvarja z neorganizirano vadbo, kot sta hoja in tek. Ugotovili smo tudi, da izobrazba staršev ni vplivala na gibalno dejavnost njihovih otrok.

Večina staršev je mnenja, da so njihovi otroci srednje aktivni in pa aktivni. Ni pa bilo veliko takih, ki so mnenja, da je njihov otrok zelo aktiven ali pa premalo aktiven. Pri vprašanju o neorganizirani športni dejavnosti otrok smo izvedeli, da so otroci gibalno dejavni, vendar v povprečju premalo. Najpogostejši vrsti neorganizirane vadbe sta kolesarjenje in igre z žogo.

Ugotovili smo, da se na vasi veliko več otrok udeležuje organizirane športne dejavnosti kot pa v mestu. Športna vadba, ki jo predšolski otroci obiskujejo, je največkrat organizirana kot interesna dejavnost znotraj vrtca. Pokazalo se je, da nekaj več staršev z mesta svoje otroke v popoldanskem času vključuje v športne dejavnosti, ki jih organizirajo športna društva. V večini primerov tako na vasi kot v mestu je bil pobudnik za vključitev v program otrok sam.

Največ športnih dejavnosti predšolskih otrok vodijo športno usposobljeni delavci, vendar veliko športnih krožkov, še posebej tistih, ki se izvajajo v vrtcu, vodijo same vzgojiteljice. Najpogostejše izbrana organizirana vadba predšolskih otrok je splošna vadba, nekaj pa jih tudi obiskuje ples in gimnastiko. Otrokom z vasi je na vadbi zelo všeč, da pri vadbi spoznavajo vrstnike, otrokom z mesta pa vsebina športne vadbe.

Večina staršev tako na vasi kot v mestu je mnenja, da je športna dejavnost zelo pomembna za zdravje in razvoj njihovega otroka, saj lahko otrok na tak način razvija svoje gibalne sposobnosti in tako vpliva na gibalni razvoj.

Starši menijo, da je v Posavju dovolj možnosti za športno dejavnost predšolskih otrok. Nekaj je tudi takih, ki s ponudbo niso najbolj zadovoljni. Večina staršev misli, da je njihov otrok v vrtcu dovolj športno aktiven, je pa tudi nekaj staršev, ki mislijo, da vrtec njihovemu otroku ne nudi dovolj športnega znanja in aktivnosti.

V treh od štirih vrtcev, na katerih je potekalo anketiranje, imajo organizirano športno dejavnost, ki jo vodijo zunanji sodelavci. Večina izmed njih je tudi strokovno usposobljena.

Vsebina diplomskega dela je namenjena vsem, ki so kakor koli povezani z vzgojo in izobraževanjem na športnem področju, staršem in vsem drugim, ki se zavedajo pomembnosti redne športne vadbe za zdrav in celosten razvoj otroka. Namenjena je tudi tistim, ki bi radi kaj več naredili za boljšo gibalno dejavnost predšolskih otrok v Posavski regiji.

Gibanje nas oblikuje, radosti in polni od zgodnjega otroštva do pozne starosti. Zato je ravno predšolsko obdobje temeljno za gibalni razvoj. S prvimi gibalnimi izkušnjami moramo poseči v najbolj zgodnje obdobje otrokovega razvoja in v njem najbolj prijaznem okolju. Ravno to lahko najde pri družini, ki je otrokov prvi stik s svetom in ga povezuje z ostalim okoljem. Družina naj bo spodbujevalka otrokovega razvoja, njegovih telesnih dejavnosti in raznovrstnega gibanja. Starši so tisti, ki svojemu otroku omogočijo, da doma skozi igro razvija svoje gibalne sposobnosti in da športno dejavnost postopoma osvoji kot vrednoto, ki jo bo visoko cenil skozi življenje, vse do pozne starosti. Ker pa imajo v današnjem času starši tako malo časa, je pomembno, da se zavedajo, kako sta gibanje in šport eden od pomembnejših dejavnikov otrokovega razvoja. Pomembno je, da svoje otroke vpisujejo v organizirane športne vadbe, ki jih vodijo strokovno usposobljeni delavci, ki te otroke usmerjeno vodijo skozi igro do različnih znanj. Le pravilno organizirana in strokovno usmerjena športna vzgoja omogoča uresničitev ravnotežja med različnimi vidiki otrokovega telesnega in duševnega razvoja.

Gibanje in igra sta pomembna dejavnika v otrokovem življenju, še zlasti v prvih letih življenja, ki jih otroci preživijo v vzgojno-izobraževalnih ustanovah – vrtcih. Zato je odgovornost na strani teh ustanov, da poskrbijo za ustrezno vzgojo in izobraževanje teh otrok. Za kvalitetno opravljanje dela so potrebni določeni pogoji, ki jih morajo vrtci izpolnjevati. Danes v večini vrtcev nimajo najboljših možnosti. Glede na to, da ure športne vzgoje in ostale športne aktivnosti v vrtcih vodijo izključno vzgojiteljice, bi se morale te dodatno strokovno izpopolnjevati na tem področju. Menimo, da bi morali že v vrtcih, kjer otroci preživijo veliko svojega časa, poskrbeti za strokovno športno vadbo, saj je ta v teh letih bistvenega pomena. Morali bi imeti več strokovno usmerjene vadbe, poleg vsakodnevne igre, ki je ravno tako bistvenega pomena.

8 LITERATURA

Bergant, M. (2009). *Športne dejavnosti predšolskih otrok in materialni pogoji za športne aktivnosti v vrtcih Braslovče, Vransko in Polzela*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Čebokli, N. (2006). *Razlogi za vključevanje otrok v športno vadbo*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Goričnik, A., (1999). *Primerjava motoričnih sposobnosti s socialnim položajem*. Diplomsko naloga, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

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

Iličič, L. (2008). *Športne aktivnosti predšolskih otrok ob koncih tedna, med prazniki in v času počitnic*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Jambrešič, M. (2003). *Analiza športnega programa ABC za otroke od drugega do devetega leta starosti*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.

Kalish, S. (2000). *Fitness za decu – praktični savjeti za roditelje*, Zagreb: Gopal.

Konavec, B. (1998). *Otrok – ustvarjalec pravil igre*. Diplomsko naloga, Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

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

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

Kropej, V. L., Videmšek, M. (2002). Parents and sport activity of their preschool children. *Kinesilogia Slovenica*, 8 (1), 19–24.

Lamovec, T. (1991). *Čustva*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Marjanovič Umek, L. in Zupančič, M. (2001). *Psihologija otroške igre*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Miklič, B. (2008). *Analiza programov ABC športa in možnosti njihovega razvoja*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Saje, P. (2002). *Gibalne dejavnosti otrok do 3. leta starosti v okviru družine*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Smrtnik Vitulič, H. (2004). *Čustva in razvoj čustev*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Stančevič, B. (2002). *Aktivna vloga staršev pri procesu športne vzgoje predšolskega otroka*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Strah, N. (2000). *Športna vzgoja otrok s starši*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Suhodolčan, N. (2005). *Analiza športnih programov ŠD Sonček za predšolske otroke*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Tolčič, I. in Smiljanič, V. (1979). *Otroška psihologija*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Tomori, M. (1994). *Knjiga o družini*. EWO. Ljubljana.

Ugrinavska, A. (2004). *Program gibalnih dejavnosti predšolskih otrok s čustveno-socialnega vidika*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.

Vertovec, Ž. (2008). *Interes staršev za vključevanje otrok do osmega leta starosti v športne programe v Slovenskih Konjicah*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.

Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpiljuk, D. (2003). *Mali športnik; Gibalne dejavnosti otrok 3. leta starosti v okviru družine*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M. in Jovan, N. (2002). *V čarobnem svetu igral in športnih pripomočkov: predšolska športna vzgoja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

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

Videmšek, M., Strah, N. in Stančevič, B. (2001). *Igrajmo se skupaj*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

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

Volmut, T., Jelovčan, G., Zurc, J. in Pišot, R. (2004). *Ocena gibalne/športne ter zdravstvenega stanja in počutja vrtčevskih otrok*. Zbornik 17. Strokovnega posveta

športnih pedagogov Slovenije (str. 193–198). Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

Zaplatič, P. (2007). *Možnosti za otrokovo predšolsko gibalno aktivnost v Posavski regiji*. Neobjavljeno delo.

Zupančič, M. (1995). *Izbrane teme iz predmeta Razvojna psihologija II*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Žnidaršič, M. (2008). *Analiza športnih dejavnosti in materialnih pogojev v tržiških vrtcih*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

9 PRILOGE

9.1 PRILOGA 1 – ANKETNI VPRAŠALNIK

Spoštovani starši!

Sem študentka Fakultete za šport. Usmerjam elementarno športno vzgojo in pišem raziskovalno nalogo o gibalni dejavnosti predšolskih otrok in njihovih staršev v Posavski regiji. Vprašalnik je sestavljen iz dveh delov. V prvem delu se vprašanja navezujejo na Vas, starše oz. skrbnike, v drugem delu pa se vprašanja navezujejo na Vaše otroke. Vaši odgovori so anonimni in bodo uporabljeni izključno za mojo raziskovalno nalogo. Vsako mnenje je pomembno, saj bo prispevalo k uspehu raziskave. Za Vaše sodelovanje se Vam najlepše zahvaljujem. Prosim, da izpolnjen anketni vprašalnik oddate vzgojiteljici Vašega otroka.

NAVODILO: Na večino vprašanj odgovorite tako, da obkrožite črko pred odgovorom, nekaj dopišete ali obkrožite številko od 1 do 5. Pri Vaši odločitvi, kako zelo se strinjate z navedeno trditvijo, uporabljajte lestvico ocen:

1	2	3	4	5
Sploh se ne strinjam	V glavnem se ne strinjam	Deloma se strinjam oz. se ne strinjam	V glavnem se strinjam	Popolnoma se strinjam

PRVI DEL VPRAŠALNIKA (v tem delu se vprašanja nanašajo na Vas - starše)

1. Kakšen je Vaš spol? a) M b) Ž
2. Vaša stopnja izobrazbe:
a) osnovna šola d) 2- ali 3-letna poklicna šola
b) 4- ali 5-letna srednja šola e) višja strokovna šola
c) visoka strokovna šola ali univerza f) magisterij ali doktorat
3. Okolje bivanja:
a) vas in predmestno okolje b) mesto
4. Ali ste se v mladosti ukvarjali s kakšnim športom? a) DA b) NE
5. Kako pogosto se sedaj ukvarjate s športom?
a) nikoli e) 2- do 3-krat na teden
b) 1-krat do nekajkrat na leto f) 4- do 6-krat na teden
c) 1-krat do 3-krat na mesec g) vsak dan
d) 1-krat na teden

6. S katero športno panogo se največkrat ukvarjate? (možnih več odgovorov)

- | | |
|------------------|-----------------|
| a) hoja, tek | h) kolesarjenje |
| b) rolanje | i) smučanje |
| c) plavanje | j) ples |
| d) aerobika | k) odbojka |
| e) joga | l) nogomet |
| f) planinarjenje | m) košarka |
| g) fitness | n) drugo: _____ |

DRUGI DEL VPRAŠALNIKA (v tem delu se vprašanja nanašajo na otroke)

1. Kakšen je spol vašega otroka? a) M b) Ž

2. Ali je Vaš otrok športno dejaven?

Ocene so od 1 (premalo aktiven) do 5 (zelo aktiven).

1 2 3 4 5

3. Kolikokrat na teden je Vaš otrok športno aktiven sam ali z Vami - starši (neorganizirano - brez strokovnega vodstva)?

a) 1-krat b) 2-krat c) 3-krat d) 4-krat e) 5-krat f) večkrat g) drugo:

4. Koliko časa po navadi traja takšna športna aktivnost?

a) manj kot 30 min b) 30 min c) 40 min d) 50 min e) 60 min f) več kot 60 min

5. S katero športno aktivnostjo se Vaš otrok največkrat ukvarja v svojem prostem času in je ne vodi športni strokovnjak? (možnih več odgovorov)

- | | |
|----------------|----------------------|
| a) hoja | g) kolesarjenje |
| b) lovljenja | h) smučanje |
| c) rolanje | i) plesne dejavnosti |
| d) plavanje | j) planinarjenje |
| e) igre z žogo | k) drugo: _____ |

6. Kdo je več časa prisoten pri športni dejavnosti Vašega otroka?

a) oče b) mati

7. Ali se Vaš otrok ukvarja s športom, ki ste ga vi trenirali v svoji mladosti?

a) DA b) NE

8. Koliko časa na dan preživi Vaš otrok pred računalnikom in televizijo?

- a) manj kot 30 min b) 30 min c) 1 uro d) 2 uri e) več kot 2 uri

9. Kako pretežno preživlja prosti čas Vaš otrok med vikendi in v času počitnic?

- a) športno neaktivno (gledanje TV, igranje igrice na računalniku, obiski kina ...)
b) športno aktivno (plavanje, smučanje, kolesarjenje, pohodi, sprehodi ...)

10. Ali Vaš otrok obiskuje kakšen športni krožek?

- a) DA b) NE

11. Kje in na kakšen način ste izvedeli za športni krožek, ki ste ga izbrali Vašemu otroku?

- a) moj otrok se ne ukvarja, ne obiskuje športnega krožka
b) povedali so mi prijatelji
c) seznanila nas je otrokova vzgojiteljica
d) prebrali smo na plakatu
e) otrok je sam povedal

12. Kdo je bil pobudnik za vključitev otroka v športni program?

- a) otrok sam e) otrokov zdravnik
b) starši f) prijatelji
c) sorodniki g) drugo: _____
d) vzgojiteljice

13. Ali športni krožek vodi:

- a) športni/-a strokovnjak/-inja
b) vzgojitelj/-ica
c) študent/-ka

14. Ali je ta športna aktivnost organizirana:

- a) kot interesna dejavnost v vrtcu
- b) kot dejavnost v športnem klubu/društvu

15. Katero izmed naštetih športnih dejavnosti obiskuje? (možnih več odgovorov)

- a) plavanje
- b) ples
- c) gimnastika
- d) atletika
- e) splošna vadba
- f) drugo: _____

16. Kolikokrat na teden poteka športna dejavnost?

- a) 1 krat
- b) 2 krat
- f) večkrat

17. Ali je športna vadba všeč Vašemu otroku? 1 2 3 4 5

18. Kaj mu je najbolj všeč?

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| a) vsebina športne vadbe | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| b) druženje z vrstniki | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| c) fizična aktivnost | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| d) pestrost in raznolikost športnih pripomočkov | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

19. Ali mislite, da je športna dejavnost pomembna za zdravje in razvoj Vašega otroka?

Ocene od 1 (gibanje in šport mu ne koristita) do 5 (gibanje je zelo koristno).

1 2 3 4 5

20. Zakaj mislite, da je športna dejavnost pomembna za vašega otroka?

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| a) zato, ker tako sklepa nova prijateljstva | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| b) zato, da se spozna s športom | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| c) zato, ker tako sprošča svojo energijo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| d) zato, da bi postal dober športnik (tekmovalec) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| e) zato, ker vpliva na njegov telesni razvoj | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

f) zato, ker vpliva na njegov gibalni razvoj (razvoj motoričnih sposobnosti: koordinacije, moči, ravnotežja ...)

1 2 3 4 5

g) zato, ker vpliva na otrokov čustveni razvoj (lažje izražanje in sprejemanje čustev)

1 2 3 4 5

h) zato, ker vpliva na otrokov socialni razvoj (komunikacija in druženje z drugimi otroki)

1 2 3 4 5

i) zato, ker vpliva na otrokov spoznavni razvoj (zaznavanje prostora in zavedanje lastnega telesa v njem)

1 2 3 4 5

21. Za celoten razvoj Vašega otroka je najbolje, da bi v vrtcu vodil ure športne aktivnosti:

a) vzgojitelj/-ica

b) športni/-a pedagog/-inja, usposobljena za predšolsko vzgojo, in vzgojitelj/-ica

c) športni/-a pedagog/-inja

22. Ali menite, da je v Posavju dovolj možnosti za športno dejavnost predšolskih otrok?

a) DA b) NE c) NE VEM

23. Ali mislite, da je Vaš otrok dovolj športno aktiven, ko je v vrtcu?

a) DA b) NE c) NE VEM

24. Ali ponuja vrtec Vašega otroka kakšno dodatno ponudbo za športno dejavnost?

a) DA b) NE c) NE VEM

Hvala za sodelovanje!