

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
Športna vzgoja

# **Dejavniki vključevanja otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA:  
prof. dr. Mateja Videmšek, prof. šp. vzg.  
RECENZENT:  
doc. dr. Blaž Lešnik, prof. šp. vzg.

Avtor dela  
TOMAŽ ZOBEC

Ljubljana, 2014

## **ZAHVALA**

Najprej bi se zahvalil družini in prijateljem, ki so mi vedno stali ob strani in me spodbujali.

Veliko zahvalo dolgujem ravnatelju Osnovne šole Bojana Iliča g. Štefanu Murausu in ravnateljici Osnovne šole Ludvika Pliberška ge. Lidiji Todorović, ki sta mi omogočila zbiranje podatkov na omenjenih osnovnih šolah.

Nazadnje bi se rad zahvalil še mentorici prof. dr. Mateji Videmšek, ki si je vedno vzela čas zame in mi s svojimi idejami ter nasveti bila v veliko pomoč pri nastajanju tega diplomskega dela.

**Ključne besede:** alpsko smučanje, deskanje na snegu, otroci, športna dejavnost, starši, vključevanje

## **DEJAVNIKI VKLJUČEVANJA OTROK V ALPSKO SMUČANJE IN DESKANJE NA SNEGU**

**Tomaž Zobec**

### **IZVLEČEK**

Namen raziskovalnega dela je bil ugotoviti, koliko otrok alpsko smuča in koliko deska na snegu, ugotoviti dejavnike vključevanja otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu, ugotoviti razlike med dejavniki vključevanja otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu, ugotoviti vpliv velikosti družine na vključevanje otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu, ugotoviti razloge, zakaj starši svojih otrok ne vključujejo v alpsko smučanje in deskanje na snegu, in ugotoviti mnenje staršev, koliko njihov otrok uživa ob alpskem smučanju in deskanju na snegu.

Anketne vprašalnike je izpolnilo 82 staršev otrok, starih od 11 do 14 let. Pri obdelavi podatkov smo si pomagali s programom Microsoft Excel 2010.

Z raziskovalno nalogo smo ugotovili, da več otrok alpsko smuča kot pa deska na snegu. Tistih, ki smučajo, je bilo kar 66, kar znaša 80,5 odstotka vseh sodelujočih v raziskavi. Deskarjev na snegu je bilo le 14 oziroma 17 odstotkov. Vendar presenetljivo pri razlogih za ukvarjanje z enim ali drugim zimskim športom ni bistvenih razlik. Najbolj razširjena razloga, zakaj otroci ne deskajo na snegu, sta, ker tega nočejo in ker alpsko smučajo. Očitno je največji zadržek ta, da lahko otroci prej začnejo alpsko smučati kot deskati na snegu, se na to navadijo in kasneje ne preizkusijo drugega, alpskemu smučanju podobnega športa.

**Key words:** alpine skiing, snowboarding, children, sports activity, parents, integrating

## **FACTORS IN INTEGRATING CHILDREN IN ALPINE SKIING AND SNOWBOARDING**

**Tomaž Zobec**

### **ABSTRACT**

Intent of our research was to determine how many children is involved into alpine skiing and snowboarding, determine factors in integrating children into alpine skiing and snowboarding, determine differences between integrating factors into alpine skiing and snowboarding, determine impact of family size on integrating children into alpine skiing and snowboarding, determine reasons why parents do not involve their children into alpine skiing and snowboarding and determine evaluation how children enjoy while alpine skiing and snowboarding.

82 parents received questionnaires. They had to answer about their children, aged between 11 and 14. Data were processed in Microsoft Excel 2010.

We discovered that more children are involved in alpine skiing then snowboarding. Alpine skiers were 66, which is 80,5 % of entire participants in the research and there are only 14 children or 17 % snowboarders. But surprisingly the reasons why children are involved in one sport or another are the same. Most common reasons against involvement in snowboarding were because children do not want to and because they are already involved in alpine skiing. Children can start learning alpine skiing at earlier age then snowboarding, they get used to it and do not try other similar sport like snowboarding.

# KAZALO VSEBINE

1	Uvod .....	1
1.1	Pomen .....	1
1.2	Gibalne sposobnosti .....	1
1.2.1	Moč.....	2
1.2.2	Hitrost.....	2
1.2.3	Koordinacija.....	2
1.2.4	Gibljivost.....	2
1.2.5	Ravnotežje .....	3
1.2.6	Preciznost .....	3
1.3	Alpsko smučanje.....	3
1.4	Deskanje na snegu.....	4
1.5	Pomen alpskega smučanja in deskanja na snegu za otroka.....	5
1.6	Cilji raziskovalnega dela.....	5
2	Metode dela .....	7
2.1	Preizkušanci.....	7
2.2	Pripomočki.....	7
2.3	Postopek.....	7
3	Rezultati in razprava.....	9
3.1	Izobrazba anketirancev .....	9
3.2	Število otrok v družini.....	10
3.3	Pogostost športne dejavnosti.....	11
3.4	Alpsko smučanje.....	13
3.5	Deskanje na snegu.....	15
3.6	Udeleževanje otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu in razlogi za to in proti temu	16
3.7	Ocena staršev .....	20
4	Sklep .....	22
5	Viri .....	23
6	Priloge.....	24

# 1 UVOD

## 1.1 POMEN GIBANJA

»Potreba po gibanju je za človeka naravna. Otrok ob gibanju razvija in krepi svoje telo, usklajuje se njegova motorika, v povezovanju posameznih telesnih in športnih dejavnosti se urijo njegove spretnosti. Z ustreznimi spodbudami v družini in kasneje v šoli pri otroku vplivamo na njegov kasnejši življenjski slog ter ga opremimo za vsa samostojna in dejavna obvladovanja preizkušenj, obremenitev in stresov, ki mu jih bo prinašalo življenje. Zato si celostnega razvoja otroka brez telesne in športne dejavnosti ne moremo niti predstavljati. Nasprotno! Lahko bi dejali, da je šport v otroštvu in mladostništvu najboljša naložba za njegovo ustvarjalno in polno življenje kasneje« (Škof, 2007, str. 27).

Otroci in mladostniki potrebujejo najmanj 30 minut oziroma 1 uro intenzivne telesne aktivnosti na dan. Takšna so priporočila Svetovne zdravstvene organizacije (WHO). V Sloveniji teh priporočenih vrednosti ne dosega niti polovica mladih, čeprav smo glede na stanje v Evropi in na svetu med boljšimi. Premalo gibanja pomeni slabšo telesno kondicijo, tudi zdravje začne pešati. Dokazano je tudi, da so športno aktivni ljudje akademsko sposobnejši od neaktivnih. To velja tudi za otroke in njihove šolske obveznosti (Škof, 2007).

Pri vsem tem se je treba zavedati, da otroci v mladosti osvojene vzorce obnašanja prenesejo v nadaljnje življenje. Če pa vemo, da ima redna športna aktivnost veliko pozitivnih učinkov na človeka, potem moramo svoje otroke vpeljevati v različne športne dejavnosti in jim s tem razviti vzorce obnašanja za prihodnje (Škof, 2007).

## 1.2 GIBALNE SPOSOBNOSTI

Poznamo šest gibalnih sposobnosti. To so moč, hitrost, koordinacija, gibljivost, ravnotežje in preciznost. Delimo jih v dva sklopa; prvi zajema primarne gibalne sposobnosti, ki tvorijo energetska komponento gibanja, in v ta sklop spadata moč in hitrost. Koordinacija, gibljivost, ravnotežje in preciznost pa spadajo v drugi sklop, imenovan sekundarne gibalne sposobnosti, ki tvorijo informacijsko komponento gibanja (Lešnik in Žvan, 2007). Vse omenjene gibalne sposobnosti so potrebne za alpsko smučanje in tudi za deskanje na snegu. Za otroke pa je pomembno razvijanje teh.

### **1.2.1 MOČ**

Definicija pravi, da je moč sposobnost učinkovitega izkoriščanja sile mišic za delovanje proti zunanji silam. Lešnik in Žvan (2007) navajata, da so pri alpskem smučanju pomembne naslednje pojavne oblike moči: enonožna in sonožna odzivna moč s koeficientom prirojenosti 0.80, statična moč s koeficientom prirojenosti 0.50 in repetitivna moč nog s koeficientom prirojenosti 0.50. Nizki koeficienti prirojenosti nam povedo, da se moč lahko poveča hitro, seveda ob pravilnem pristopu.

### **1.2.2 HITROST**

Definicija hitrosti pravi, da je hitrost sposobnost izvedbe določenega gibanja v najkrajšem možnem času. Koeficient prirojenosti pojavnih oblik hitrosti je izjemno visok in znaša 0.95. Ob tako visokem koeficientu prirojenosti je možnost za izboljšanje le 5 odstotkov, kot navajata Lešnik in Žvan (2007). Pojavne oblike hitrosti so hitrost reakcije (sposobnost hitrega gibalnega odziva na določen signal), hitrost enostavnega giba (sposobnost premika telesnega segmenta na določeni poti v najkrajšem možnem času) in hitrost alternativnih gibov (sposobnost hitrega ponavljanja gibov s konstantno amplitudo).

### **1.2.3 KOORDINACIJA**

Pri koordinaciji gre za sposobnost učinkovitega oblikovanja in izvajanja kompleksnih gibalnih nalog v določenih časovnih, prostorskih in dinamičnih značilnostih gibanja. Opredelimo jo lahko tudi kot sposobnost usmerjenega izkoristka energijskih, toničnih in programskih gibalnih potencialov za izvedbo kompleksnih gibanj (Pistotnik, 2003). Koordinacija ima koeficient prirojenosti 0.80. V primerjavi z drugimi gibalnimi sposobnostmi je koordinacija v veliki meri povezana z inteligentnostjo in specialnimi psihičnimi sposobnostmi (Lešnik, Žvan 2007). Koordinacija je pomembna gibalna sposobnost tudi pri deskanju na snegu in alpskem smučanju.

### **1.2.4 GIBLJIVOST**

Gibljevost je sposobnost izvedbe gibov z veliko amplitudo. Pistotnik (2003) navaja, da je ta sposobnost odvisna od konstitucionalnih značilnosti telesa. Lešnik in Žvan (2007) ugotavljata, da je optimalna gibljevost dobra za tekmovalce in za rekreativce, saj zmanjša možnosti za

poškodbe. V smučarskem in deskarskem prostem slogu pa odpira več možnosti za kreativnost posameznika.

### **1.2.5 RAVNOTEŽJE**

Ravnotežje je sposobnost hitrega oblikovanja kompenzacijskih (korekturnih, nadomestnih) gibov, ki so potrebni za vračanje telesa v ravnotežni položaj. Kot navajata Lešnik in Žvan (2007), gre pri smučanju za dinamično ravnotežje, saj smučar vzpostavlja ravnotežje med drsenjem na alpskih smučeh ali snežni deski. Ta gibalna sposobnost je ključnega pomena pri vključevanju otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu. Zaradi slabega ravnotežja se lahko otroci hitreje naučijo alpsko smučati, saj ta šport ponuja večjo oporo. Noge so sicer pripete na smuči, vendar vsaka na svojo, tukaj so še smučarske palice za popolno varnost. Brez slednjih si smučanja ne zna predstavljati niti izkušen smučar.

### **1.2.6 PRECIZNOST**

Definicija preciznosti pravi, da je sposobnost za natančno določitev smeri in intenzivnosti gibanja. Lešnik in Žvan (2007) navajata, da je v smučanju preciznost definirana v smislu gibanja po najustreznejši in s tem po najhitrejši poti glede na postavljena vrata. Pri rekreativnem smučanju pa gre za natančnost izvedbe smučarske storitve.

## **1.3 ALPSKO SMUČANJE**

»Alpsko smučanje, deskanje, telemark, prosti slog, smučarski tek, smučarski skoki ... VSE TO JE SMUČANJE! Pod besedo smučanje se pri nas doma, kakor tudi v mednarodnem prostoru že dolgo ne razume le alpsko smučanje. Slednje pomeni danes le del t. i. snežnih športov (ang. prev. *Snowsports*, nem. prev. *Schneesport*)« (Lešnik in Žvan, 2007, str. 9).

Smučanje ima v Sloveniji bogato tradicijo. Pohvalimo se lahko z bloškim smučanjem, pohorskim smučanjem, bajtarstvom na Veliki planini, vrhunskimi rezultati naši odličnih smučarjev in smučark in tudi s svetovno znanimi blagovnimi znamkami. Lešnik in Žvan (2007) navajata, da je bilo smučanje na Blokah razvito že v 16. stoletju. Spuščanje bloških smučarjev je v knjigi Slava vojvodine Kranjske opisal Janez Vajkard Valvasor leta 1689. Pišot in Videmšek (2007) ugotavljata, da je alpsko smučanje za otroka nenadomestljiv del slovenskega izročila.

Smučanje je priča hitremu razvoju in napredku in je danes precej drugačno kot v preteklosti. Moderni smučarski centri so dostopni širšemu krogu ljudi. Človek je poskrbel, da je tudi



nedotaknjena narava postala dosegljiva. Na različne vrhove se tako lahko povzpneš s sodobno smučarsko in varnostno opremo. Možnost je tudi, da te do zelenega vrha odpelje helikopter ali letalo. Del smučanja se je usmeril v prosti slog, ki je v zadnjem času zelo popularen. Temu trendu sledi tudi slovenska šola smučanja. Spremenili so miselnost in tako v svoje programe vključujejo tudi vožnje po snežnih parkih, grbinah in v celcu zunaj urejenih prog. Seveda se vse prilagaja željam in predvsem sposobnostim vadečih smučarjev (Lešnik in Žvan, 2007).

Alpsko smučanje je kompleksna športna panoga. Pa vendar so strokovnjaki razvili uspešne modele učenja, ki omogočajo, da se smučanja naučijo tudi najmlajši. Tega pa ne moremo trditi za veliko kompleksnih športov (Burton, Brown in Fischer, 1984).

»Stopnjevanje obvladanja smučarske tehnike se kaže v vseh kvalitetnejših 'outputih' subjekta. Te v množici drugih dejavnikov v največji meri pogojujejo predvsem njegove gibalne sposobnosti. Če v začetnih fazah osvajanja motoričnih informacij gibanje temelji predvsem na razvoju osnovnih gibalnih sposobnosti, postaja (sorazmerno s stopnjevanjem zahtevnosti gibanj ter približevanjem vrhunski ravni) vloga specialnih gibalnih sposobnosti vse pomembnejša. Dobrega smučarja torej odlikuje ustrezna telesna pripravljenost ter visok nivo smučarskega znanja« (Petrović, Šmitek in Žvan, 1983, v Lešnik in Žvan, 2007, str. 15).

Pistotnik (2003) navaja, da so plazenje, lazenje, tek, hoja, plezanje, skoki, dvigovanje, nošenje, potiskanje, vlečenje in padci elementarne oblike gibanja. Čeprav navedeni načini gibanja na prvi pogled nimajo veliko skupnega s smučanjem, se vse to uporablja kot del telesne priprave športnikov. Kot navajata Lešnik in Žvan (2007), mora biti priprava subjekta, torej alpskega smučarja, vezana na raznovrstno in vsestransko vadbo celega telesa.

## **1.4 DESKANJE NA SNEGU**

Deskanje na snegu je kombinacija obstoječih športov. Podobno je alpskem smučanju, ker se izvaja na snegu. Hkrati je tudi podobno surfanju in skejtanju, ker se izvaja na deski (Gustaitis, 2010). Deskanje na snegu spada po definiciji v širši pojem smučanja. Pod smučanje sodijo zraven alpskega smučanja tudi deskanje na snegu, telemark, smučarski skoki, smučarski tek in prosti slog (Lešnik in Žvan, 2007).

Kot je zapisal Gustaitis (2010), se je deskanje na snegu prvič pojavilo že leta 1917 v Ameriki, vendar se ni uveljavilo vse do šestdesetih letih prejšnjega stoletja, ko je inženir Sherman Poppen izumil preprosto snežno desko, ki jo je poimenoval »snurfer«. Beseda je sestavljena iz angleških besed »snow«, ki pomeni sneg, in »surfer«, ki ima v slovenščini enak pomen. Prve snežne deske so bile izdelane iz para otroških smuči in na sprednji strani so imele vrvico za zavijanje. Sprva so bile deske obravnavane kot igrače, dokler se niso pojavili prvi pravi navdušenci. Kot vemo, je tam, kjer je povpraševanje, tudi ponudba, zato ni trajalo dolgo, da so začele na tržišče prihajati kvalitetnejše snežne deske.

Deskanje na snegu je bilo zaradi mentalitete zelo uporniško. Upirali so se materializmu, globalizmu in razvijajoči se potrošniški kulturi. Z vzponom deskanja na snegu se je pojavil tudi

upor proti dominantni smučarski kulturi, zato so nastajala trenja na smučiščih (Povše, 2011). Deskanje na snegu kot smučarska subkultura užitkov na snegu ne jemlje več le kot šport, ampak kot nekaj več. Deskanje na snegu je postalo način življenja za mnoge po celem svetu. Tako deskanje na snegu predstavlja otrokom in mladostnikom obliko druženja, ki ga zaznamujejo stil oblačenja, poslušanje specifičnih glasbenih zvrsti in seveda tudi sporazumevanje (Lešnik in Žvan, 2007).

K revoluciji »carving« smuči, ki jih poznamo danes, je pripomoglo tudi deskanje na snegu. Bolje rečeno snežene deske, ki so imele izrazitejši stranski lok od alpskih smuči tistega časa (Lešnik in Žvan, 2007). To so izdelovalci smuči hitro prepoznali in začeli na trg pošiljati smuči z izrazitejšim stranskim lokom. Vendar imajo po sodobni trendih snežne deske že druge oblike.

## **1.5 POMEN ALPSKEGA SMUČANJA IN DESKANJA NA SNEGU ZA OTROKA**

Kot sta zapisala Pišot in Videmšek (2007), je športna dejavnost izrednega pomena za otrokov celostni razvoj. Ker so v zimskem času možnosti za športno dejavnost omejene na telovadnice in zimske športe, ki potekajo v naravi, je pomembno za otroka, da je seznanjen s katerim od teh. Prednjačita predvsem alpsko smučanje in deskanje na snegu. Z gibanjem v naravi pripomoremo k otrokovemu zdravju in gojenju ljubezni do narave. V sproščenem vzdušju se otroci skozi igro naučijo alpsko smučati in deskati na snegu in tako na nevsiljiv način vzljubijo katerega od teh športov. S tem, ko se otrok nauči alpsko smučati ali deskati na snegu, pripomoremo k razvoju njegovih trajnih navad. »S smučanjem otrok osvoji zaščitni znak in nenadomestljiv del slovenskega izročila« (Pišot in Videmšek 2007). Ne nazadnje imamo Slovenci bogato zgodovino alpskega smučanja. Ponosno lahko predstavimo bloško smučanje, pohorsko smučanje, bajtarstvo na Veliki planini, prve smučarske polete preko 100 metrov, svetovne rekorde v Planici in vrhunske dosežke na tekmovanjih najvišjega ranga (Lešnik in Žvan, 2007).

## **1.6 CILJI RAZISKOVALNEGA DELA**

Za raziskovalno delo smo postavili naslednje cilje:

- Ugotoviti delež alpskih smučarjev in deskarjev na snegu.
- Ugotoviti dejavnike vključevanja otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu.
- Ugotoviti razlike med dejavniki vključevanja otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu.
- Ugotoviti vpliv velikosti družine na vključevanje otrok v alpsko smučanje in deskanje na snegu.

- Ugotoviti razloge, zakaj starši svojih otrok ne vključujejo v alpsko smučanje in deskanje na snegu.
- Ugotoviti mnenje staršev, koliko njihov otrok uživa ob alpskem smučanju in deskanju na snegu.

## **2 METODE DELA**

### **2.1 PREIZKUŠANCI**

Anketne vprašalnike smo razdelili med starše osnovnošolcev dveh mariborskih osnovnih šol. Anketni vprašalnik je izpolnilo 82 staršev; od tega jih je bilo 59 ženskega spola in 23 moškega spola. V povprečju so bili stari 42,3 leta. Najstarejši anketiranec je bil star 65 let, najmlajša pa 27 let.

Več anketnih vprašalnikov so starši izpolnili za svoje otroke moškega spola. Teh je bilo 47. Anketnih vprašalnikov, ki so jih starši izpolnili za deklice, je bilo 35. V povprečju so bili otroci stari 12,05 leta. Najmlajši otrok je bil star 11 let, najstarejši pa 14 let.

### **2.2 PRIPOMOČKI**

Uporabili smo anketni vprašalnik, ki je vseboval osemnajst vprašanj. Vprašanja so bila različnih tipov in razdeljena po sklopih. V prvem sklopu so nas zanimali osnovni podatki o anketirancu in njegovem otroku. Nato smo prešli na pogostost ukvarjanja s športom, v nadaljevanju smo se usmerili na ukvarjanje s smučanjem in deskanjem na snegu staršev in otrok. Zanimali so nas razlogi za vključevanje otrok v smučanje in deskanje na snegu in zakaj starši tega ne storijo. Na koncu anketnega vprašalnika smo navedli skalo, na kateri so morali anketiranci oceniti, koliko njihovi otroci uživajo ob smučanju in/ali deskanju na snegu.

Pri obdelavi zbranih podatkov smo si pomagali s programom Microsoft Excel 2010. Izračunali smo aritmetično sredino, maksimalno in minimalno vrednost ter mediano in modus. Z istim programom smo si pomagali tudi pri kreiranju grafov in strukturnih krogov.

### **2.3 POSTOPEK**

Anketiranje smo izvedli na dveh osnovnih šolah v Mariboru. Z vodstvom obeh šol smo se dogovorili, da anketne vprašalnike med svoje učence razdelijo razredničarke in razredniki 6., 7., 8. in 9. razreda. Tako smo dobili želen vzorec otrok, starih od enajst do štirinajst let. Posebej je bilo poudarjeno tudi, da otroci anketne vprašalnike predajo staršem, saj so bili namenjeni njim. Z vodstvom obeh šol smo se dogovorili, da pridemo izpolnjene anketne vprašalnike iskat čez tri tedne. Glede na to, da je zbiranje podatkov potekalo med novoletnimi in zimskimi počitnicami, se je zbiranje teh nekoliko zavleklo. Tako je zbiranje

podatkov potekalo med decembrom 2012 in februarjem 2013. V raziskavo sta bili vključeni Osnovna šola Bojana Iliča in Osnovna šola Ludvika Pliberška, obe iz Maribora.

Za izračunavanje statističnih vrednosti smo uporabili program Microsoft Excel 2010. S tem programom smo izračunali aritmetične sredine, maksimalne in minimalne vrednosti ter modus in mediano. Uporabili smo ga tudi za kreiranje strukturnih krogov in grafov.

### 3 REZULTATI IN RAZPRAVA

#### 3.1 IZOBRAZBA ANKETIRANCEV



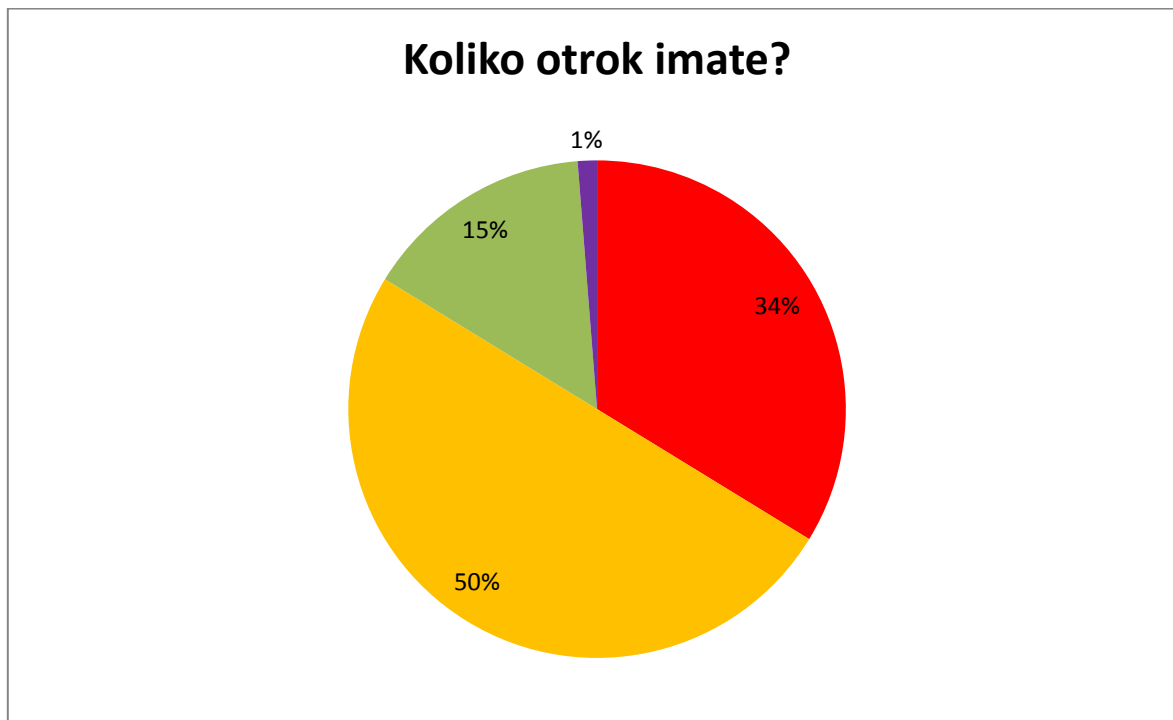
Slika 5. Izobrazba anketiranih staršev.

**Legenda:**

- vijolična barva – končana osnovna šola,
- rdeča barva – končana 3-letna srednja šola ali 4-letna srednja šola,
- rumena barva – končana višja ali visoka strokovna šola,
- zelena barva – končan univerzitetni študij,
- modra barva – narejen magisterij ali doktorat.

Največ anketiranih staršev je končalo univerzitetni študij (45 %), sledila je končana 3-letna ali 4-letna srednja šola z 22 %, na tretjem mestu je bila končana visoka ali višja strokovna šola. Relativno velik odstotek staršev (14 %) je imelo narejen magisterij ali doktorat. Le ena anketiranka je imela končano le osnovno šolo, med anketiranci pa ni bilo nobenega, ki ne bi imel končane osnovne šole. V obliki strukturnega kroga lahko te podatke vidimo na Sliki 5.

### 3.2 ŠTEVILO OTROK V DRUŽINI



Slika 6. Koliko otrok imate?

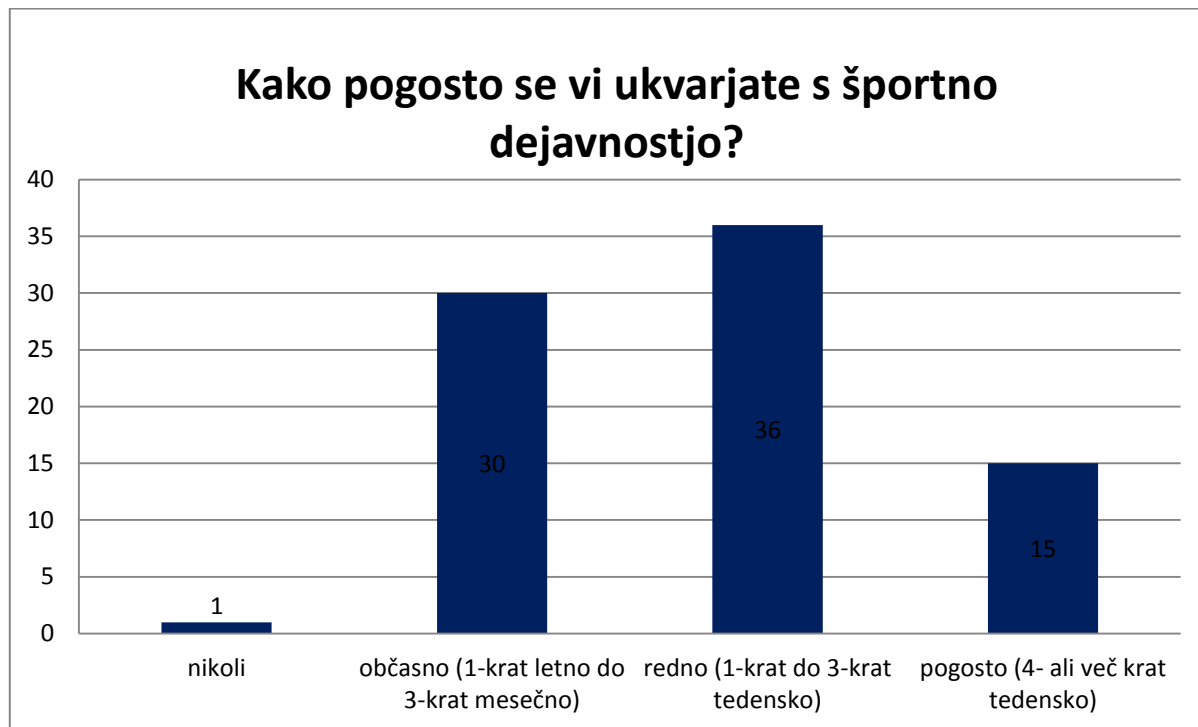
**Legenda:**

- rdeča barva – 1 otrok,
- rumena barva – 2 otroka,
- zelena barva – 3 otroci,
- vijolična barva – več kot 4.

Zanimalo nas je tudi, koliko otrok imajo anketirani starši. Kot je razvidno iz Slike 6, je imela polovica vseh anketirancev dva otroka, sledili so jim tisti z enim (34 %). Nekaj je bilo tudi takšnih, ki so imeli tri otroke (15 %), eden pa je imel več kot štiri otroke. Tako je imelo kar 84 % anketirancev enega oziroma dva otroka in le 16 % tri otroke ali več.

Zanimal nas je vpliv velikosti družine na ukvarjanje otrok s smučanjem in deskanjem na snegu. Ugotovili smo, da od dvanajstih družin, ki imajo tri otroke ali več, le dva otroka ne smučata ali deskata na snegu. Zanimivo pa je to, da sta se oba anketirana starša popolnoma strinjala s trditvijo, da njihov otrok ne smuča zato, ker tega finančno ne zmorejo. Še bolj zanimivo pa je to, da se kar pet otrok iz teh družin ukvarja s smučanjem in deskanjem na snegu. Upoštevati je treba, da je v celotni raziskavi le 14 otrok, ki deskajo na snegu. Torej bi lahko rekli, da velikost družine pozitivno vpliva na ukvarjanje otrok s smučanjem in deskanjem na snegu.

### 3.3 POGOSTOST ŠPORTNE DEJAVNOSTI



Slika 7. Kako pogosto se vi ukvarjate s športno dejavnostjo?

**Legenda:**

- Nikoli – S športno dejavnostjo se ne ukvarja nikoli.
- Občasno – S športno dejavnostjo se ukvarja 1-krat letno do 3-krat mesečno.
- Redno – S športno dejavnostjo se ukvarja 1-krat do 3-krat na teden.
- Pogosto – S športno dejavnostjo se ukvarja 4-krat tedensko ali več.

Kot je razvidno iz zgornje Slike 7, je največ anketirancev odgovorilo, da se s športno dejavnostjo ukvarjajo redno (1-krat do 3-krat tedensko), 36 (43,9 %). Občasno (1-krat letno do 3-krat mesečno) se jih s športno dejavnostjo ukvarja 30 (36,6 %), pogosto (4-krat tedensko ali več) pa 15 (18,3 %). Le ena anketiranka je izrazila, da se s športno dejavnostjo nikoli ne ukvarja. Z raziskavo, ki jo je opravil Sila (2008), se zgoraj navedeni podatki ne ujemajo. Sila (2008) je namreč ugotovil, da je športno neaktivnih kar 49,9 % Slovencev, v našem primeru le ena. Kot smo zapisali že zgoraj, se s športno dejavnostjo občasno ukvarja 36,6 % anketiranih, za Slovenijo pa velja, da je občasno športno dejavnih le 17,5 % ljudi (Sila, 2008). Do velikega razhajanja med našimi podatki in podatkih z reprezentativnim vzorcem, ki velja za Slovenijo, pride tudi pri redno športno dejavnih ljudeh. V našem primeru je teh kar 43,9 %, Sila (2008) pa je ugotovil, da jih je dejansko le 24 %. Vidimo lahko, da so starši, ki vključujejo svoje otroke v smučanje in deskanje na snegu, bolj športno dejavni kot drugi. To potrjuje tudi Perkins (2000, v Payne, Reynolds, Brown in Fleming), ki je zapisal, da imajo starši pomemben vpliv na oblikovanje vzorcev obnašanja svojih otrok, torej tudi na njihovo športno aktivnost. Podobno je ugotovila tudi Drev (2010) in dodala, da lahko starši svoje otroke spodbujajo h gibanju in jim ga omogočijo ali pa tudi ne. Dodala je, da starši, ki se tudi sami gibajo, v večji meri h gibanju spodbujajo svoje otroke.





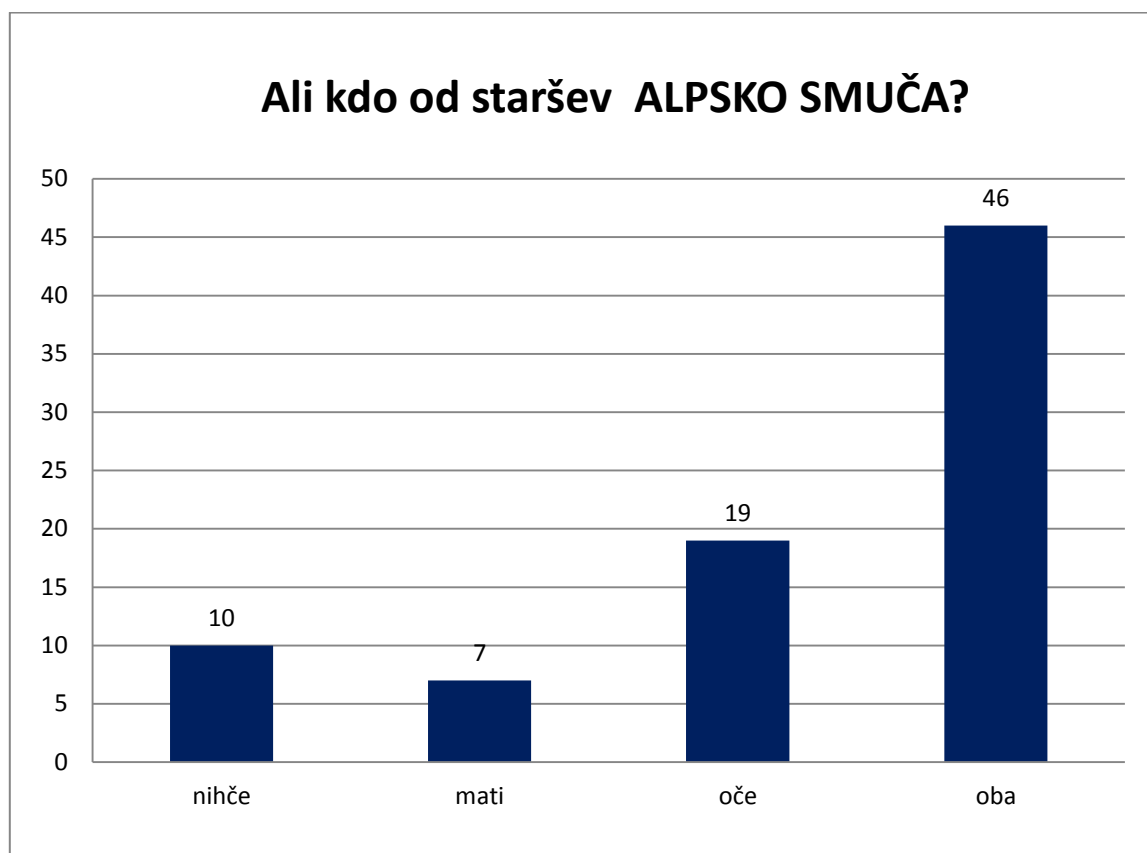
Slika 8. Kako pogosto se vaš otrok ukvarja s športno dejavnostjo?

**Legenda:**

- Nikoli – S športno dejavnostjo se ne ukvarja nikoli.
- Občasno – S športno dejavnostjo se ukvarja 1-krat letno do 3-krat mesečno.
- Redno – S športno dejavnostjo se ukvarja 1-krat do 3-krat na teden.
- Pogosto – S športno dejavnostjo se ukvarja 4-krat tedensko ali več.

Pri otrocih je slika razumljivo drugačna kot pri starših. Na zgornji Sliki 8 lahko vidimo, da se otroci ukvarjajo s športno dejavnostjo bolj pogosto kot njihovi starši. Izkazalo se je, da je pogosto oziroma 4-krat tedensko ali več aktivnih 37,8 % otrok, ki so sodelovali v raziskavi. Največ otrok pa je redno (1-krat do 3-krat tedensko) športno dejavnih. Vseeno nas lahko skrbi podatek, da so nekateri otroci, v naši raziskavi kar 7,3 %, športno dejavni manj kot 3-krat mesečno. Kot je navedel Škof (2007), so priporočila Svetovne zdravstvene organizacije (WHO), da je za normalen razvoj in zdravje otrok potrebnih najmanj 30 minut, veliko bolj priporočljiva pa ena ura intenzivne telesne dejavnosti na dan. Za Slovenijo je ugotovljeno, da priporočljiv obseg telesne dejavnosti dosežata le vsak drugi fant in vsako tretje dekle v starostni skupini, ki jo tukaj obravnavamo, torej od 11 do 14 let (Škof, 2007). Vendar je bilo vprašanje postavljeno tako, da so starši morali izvzeti ure športne vzgoje. Če k rezultatom prištejemo dve oz. tri ure športne vzgoje na teden, dobimo, da je v skladu s priporočili WHO športno dejavnih 37,8 % sodelujočih otrok, kar je še vedno bistveno premalo. Nedvomno bi starši ob boljši ozaveščenosti o pozitivnih vplivih športne dejavnosti na otrokov razvoj ravnali bolje.

### 3.4 ALPSKO SMUČANJE

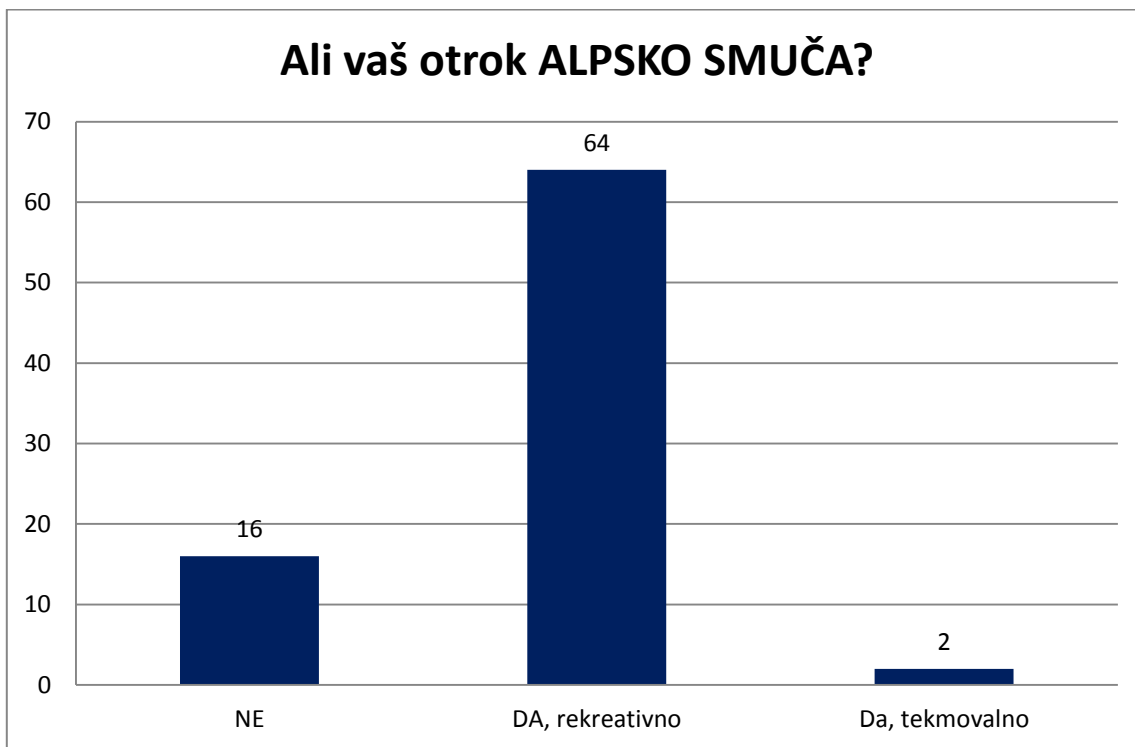


Slika 9. Ali kdo od staršev ALPSKO SMUČA?

**Legenda:**

- Nihče – Nihče od staršev alpsko ne smuča.
- Mati – Od staršev samo mati alpsko smuča.
- Oče – Od staršev samo oče alpsko smuča.
- Oba – Oba starša alpsko smučata.

S Slike 9 je razvidno, da le pri 12,2 % anketirancev nihče izmed staršev alpsko ne smuča. V več kot 50 %, natančneje 56 %, alpsko smučata oba starša, sledijo družine, kjer alpsko smuča samo oče, 23,1 %, in nato družine, kjer alpsko smuča samo mati, 8,7 %. Izmed desetih družin, kjer nihče od staršev alpsko ne smuča, je kar sedem takšnih, kjer tudi otrok alpsko ne smuča. Tukaj imamo potrditev, da so starši vzgled in pomemben člen pri športni aktivnosti svojih otrok. V teh sedmih družinah se prav tako nihče ne ukvarja z deskanjem na snegu. V raziskavi izpred desetih let, v kateri so podatki o alpskem smučanju staršev malenkost drugačni, Pišot in Videmšek (2004) navajata, da je le 10 % družin, kjer alpsko ne smuča mati. V naši raziskavi je kar 35,3 % takšnih družin. Navajata tudi, da je le 5 % takšnih, kje alpsko ne smuča oče, v našem primeru je 20,9 % takšnih. Možnosti za tako velike razlike pri pridobljenih številkah so različne. Morda je k temu pripomogla svetovna finančna kriza, ki je v Slovenijo prišla leta 2008 in se še ni umaknila. Seveda pa ne smemo pozabiti na možnost, da so nastale razlike, ker v nobenem primeru nimamo opraviti z reprezentativnim vzorcem.



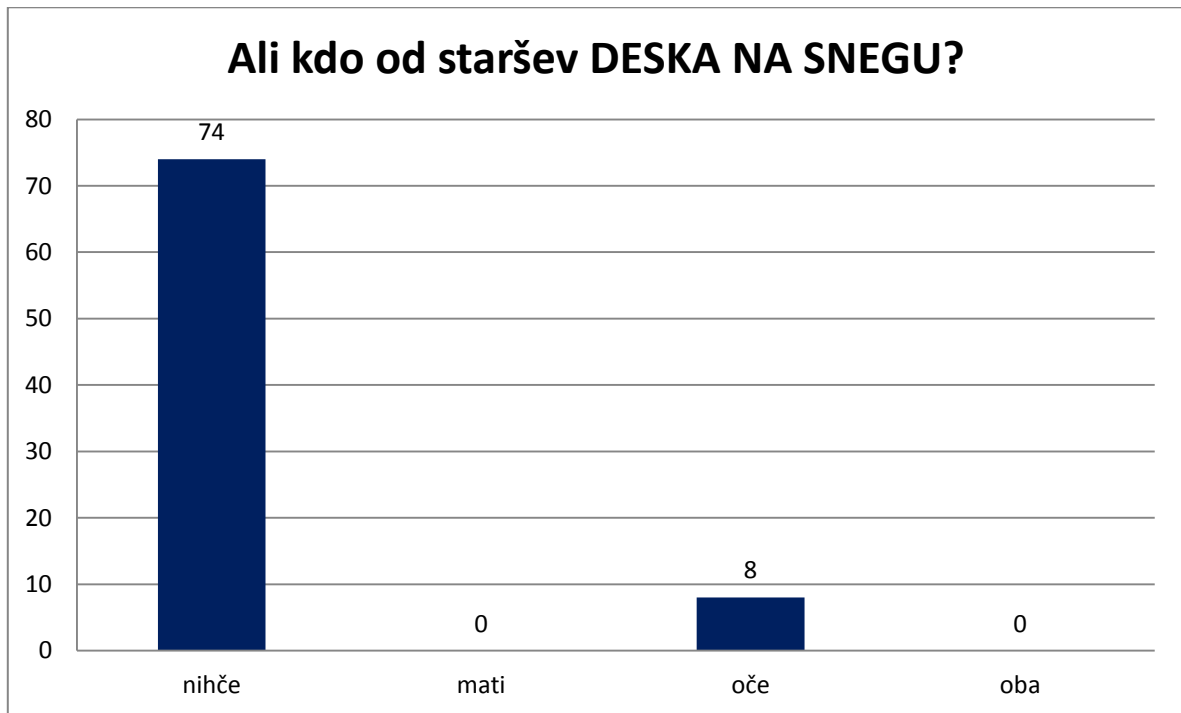
*Slika 10.* Ali vaš otrok ALPSKO SMUČA?

**Legenda:**

- NE – Ne, otrok alpsko ne smuča.
- DA, rekreativno – Da, otrok rekreativno alpsko smuča.
- DA, tekmovalno – Da, otrok tekmovalno alpsko smuča.

Če smo prej ugotovili, da je med sodelujočimi deset družin, kjer alpsko ne smuča ne mati ne oče, je pri otrocih ta številka nekoliko višja. Z zgornje Slike 10 je razvidno, da je otrok, ki alpsko ne smučajo, šestnajst oziroma 19,5 %. Od tega števila lahko odštejemo dva otroke, ki se ukvarjata samo z deskanjem na snegu. Preostali otroci pa se ne ukvarjajo ne z deskanjem na snegu ne z alpskim smučanjem. Glede na to, da se specializacija pri alpskem smučanju začne med 10. in 11. letom (Ušaj, 2003), se relativno malo v raziskavi sodelujočih otrok tekmovalno ukvarja z alpskim smučanjem. Kot je razvidno z zgornje slike, sta to le dva oziroma 2,4 %. Vemo pa tudi, da je tekmovalno alpsko smučanje zelo drag šport, ki si ga marsikdo ne more privoščiti.

### 3.5 DESKANJE NA SNEGU

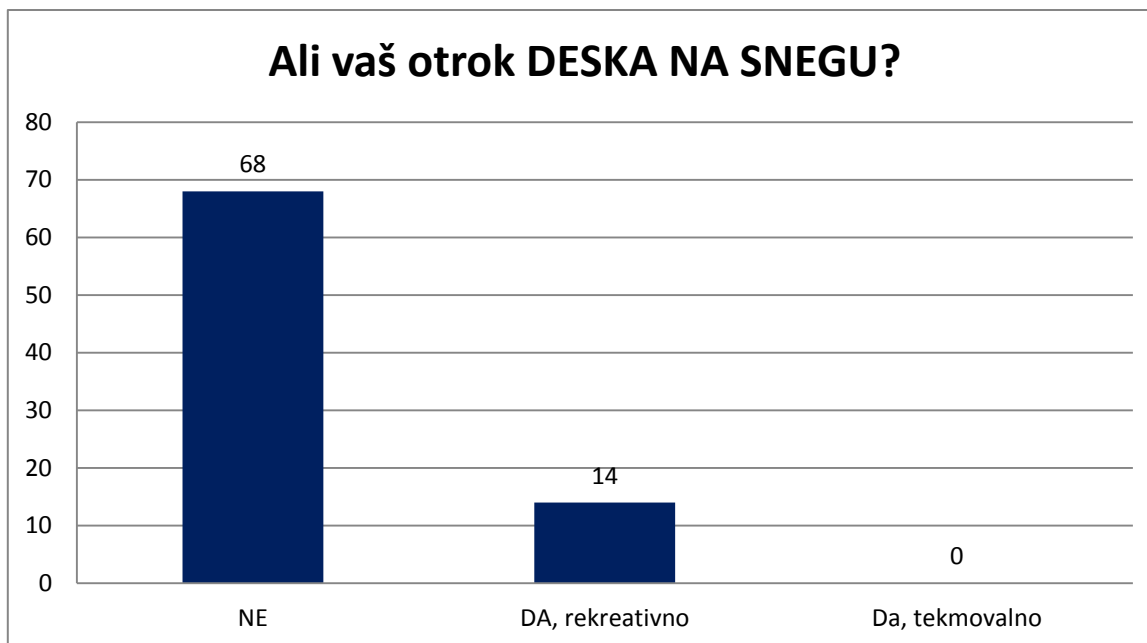


Slika 11. Ali kdo od staršev DESKA NA SNEGU?

**Legenda:**

- Nihče – Nihče od staršev ne deska na snegu.
- Mati – Od staršev samo mati deska na snegu.
- Oče – Od staršev samo oče deska na snegu.
- Oba – Oba starša deskata na snegu.

Z zgornje slike vidimo, da le 9,7 % oziroma 8 očetov deska na snegu. Med sodelujočimi ni bilo niti ene družine, kjer bi se z deskanjem na snegu ukvarjala mati. V kar 90,3 % družin pa se starši z deskanjem na snegu sploh ne ukvarjajo. Kar gre razumeti, glede na to, da je deskanje na snegu mlad šport in je bil do nedavnega v družbi označen kot šport uporniške mladine (Povše, 2011).



Slika 12. Ali vaš otrok DESKA NA SNEGU?

**Legenda:**

- NE – Ne, otrok ne deska na snegu.
- DA, rekreativno – Da, otrok rekreativno deska na snegu.
- DA, tekmovalno – Da, otrok tekmovalno deska na snegu.

Razlika med pogostostjo ukvarjanja s športno dejavnostjo, ki jo prikazujeta sliki sedem in osem, je opazna tudi pri ukvarjanju z deskanjem na snegu, zato so rezultati malenkost višji glede dejavnosti otrok. S Slike 12 je razvidno, da le 14 sodelujočih otrok deska na snegu, to je 17 %. Nihče od teh ni vključen v tekmovalno deskanje na snegu. Od 14 otrok, ki deskajo na snegu, jih smuča kar 12. Ta rezultat ni presenetljiv, ker se otroci pogosto odločajo za deskanje na snegu, ko že znajo smučati. To izhaja iz tega, da se lahko otroci veliko prej postavijo na smuči kot na snežne deske, ki zahtevajo veliko več ravnotežja in so zato primerne za nekoliko starejše otroke.

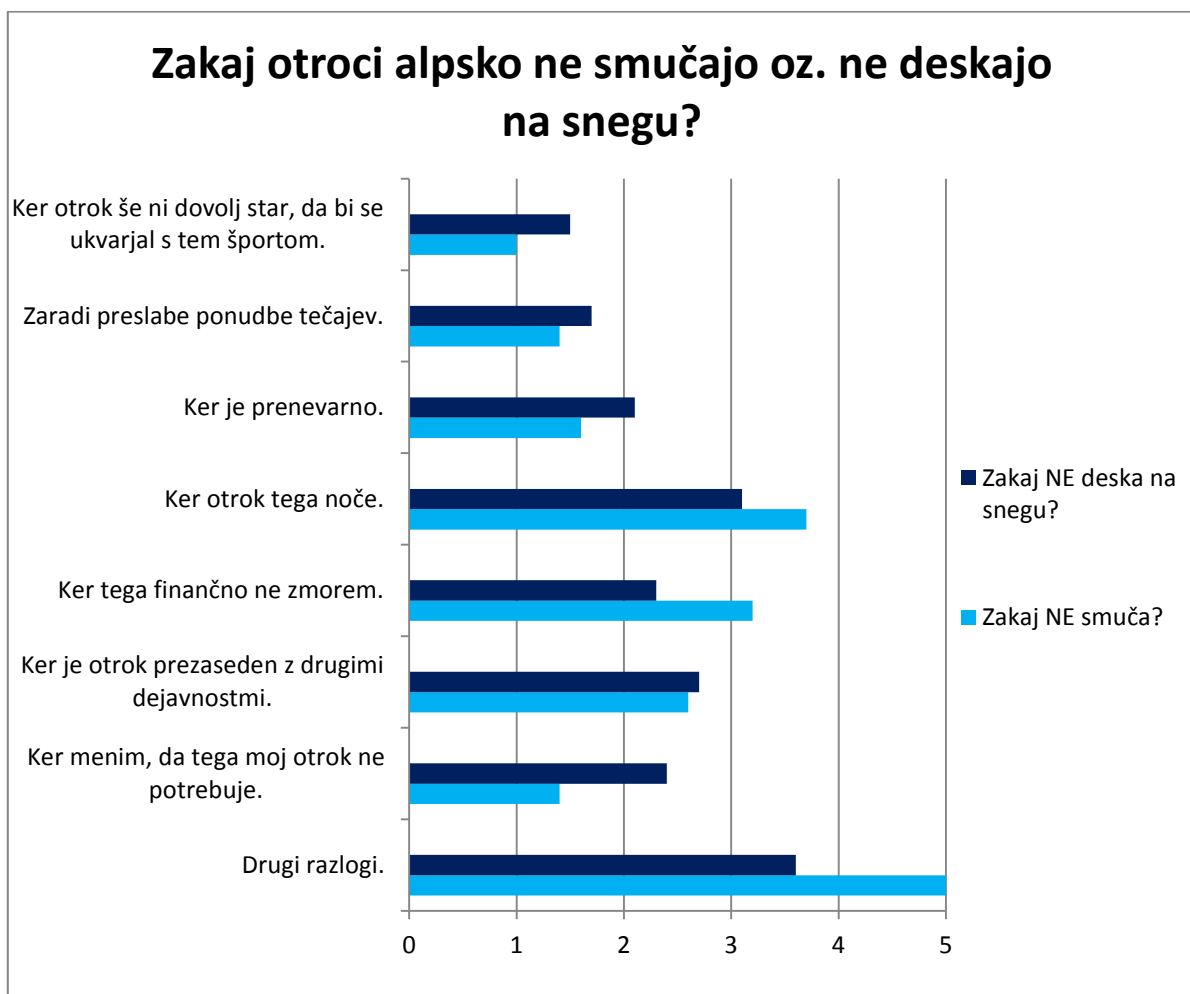
### 3.6 UDELEŽEVANJE OTROK V ALPSKO SMUČANJE IN DESKANJE NA SNEGU IN RAZLOGI ZA TO IN PROTI TEMU

Potem ko smo pridobili podatke o športni aktivnosti, alpskem smučanju in deskanju na snegu, so nas zanimali razlogi, zakaj otroci anketiranih staršev alpsko smučajo oziroma ne smučajo in zakaj deskajo na snegu oziroma zakaj tega ne počnejo.

Pri vprašanju »Zakaj vaš otrok alpsko ne smuča?« smo navedli sedem trditev, ki so jih morali starši ovrednotiti na lestvici od 1 do 5, pri čemer je 1 pomenilo, da trditev sploh ni ustrezna, 5 pa, da je trditev zelo ustrezna. Najbolj se niso strinjali s trditvami, da njihov otrok alpsko ne

smuča zato, ker še ni dovolj star, ker je preslaba ponudba tečajev in ker menijo, da njihov otrok tega ne potrebuje. Kar 67 % anketiranih staršev je navedlo, da njihov otrok alpsko ne smuča zato, ker tega noče. Nekaj anketirancev je navedlo tudi druge razloge. Ti so, da časovno in finančno otroku ni mogoče omogočiti alpskega smučanja, nekateri želijo, da se njihov otrok nauči alpsko smučati, vendar jim je že dvakrat to preprečila bolezen, nekdo pa je navedel slabo izkušnjo otroka pri alpskem smučanju, ki jo je povzročila nezgoda. Številne navedbe, da otroci alpsko ne smučajo zato, ker tega nočejo, so delno krivda staršev. Otroci se po starših zgledujejo in jim predvsem verjamejo (Škof, 2007). Če bi bili starši podučeni o pozitivnih vplivih, ki jih ima športna dejavnost na otroka, bi mu jo lahko približali, pa naj bo to alpsko smučanje ali deskanje na snegu.

Pri vprašanju »Zakaj vaš otrok ne deska na snegu?« smo navedli enake trditve kot pri vprašanju »Zakaj vas otrok alpsko ne smuča?«. Kot je prikazano na spodnji Sliki 13, smo pri teh dveh vprašanjih dobili zelo podobne rezultate. Razvidno je, da otroci ne deskajo zato, ker si tega sami ne želijo, in zaradi drugih razlogov, ki niso bili navedeni. Najpogosteje so starši navedli, da njihov otrok ne deska na snegu zato, ker smuča. Starši bi morali svojim otrokom ponuditi čim večjo izbiro športnih dejavnosti, da se otrok nekje najde in da se gibalno čim širše razvija. Napisali so tudi, da ne deska zato, ker sami ne deskajo, in tudi zato, ker ga tega sami ne morejo naučiti. Navedli so še, da njihov otrok smuča in ga to veseli, in tudi, da otrok še ni izrazil želje po deskanju na snegu.



### Slika 13. Zakaj otroci alpsko ne smučajo oz. ne deskajo na snegu?

#### Legenda:

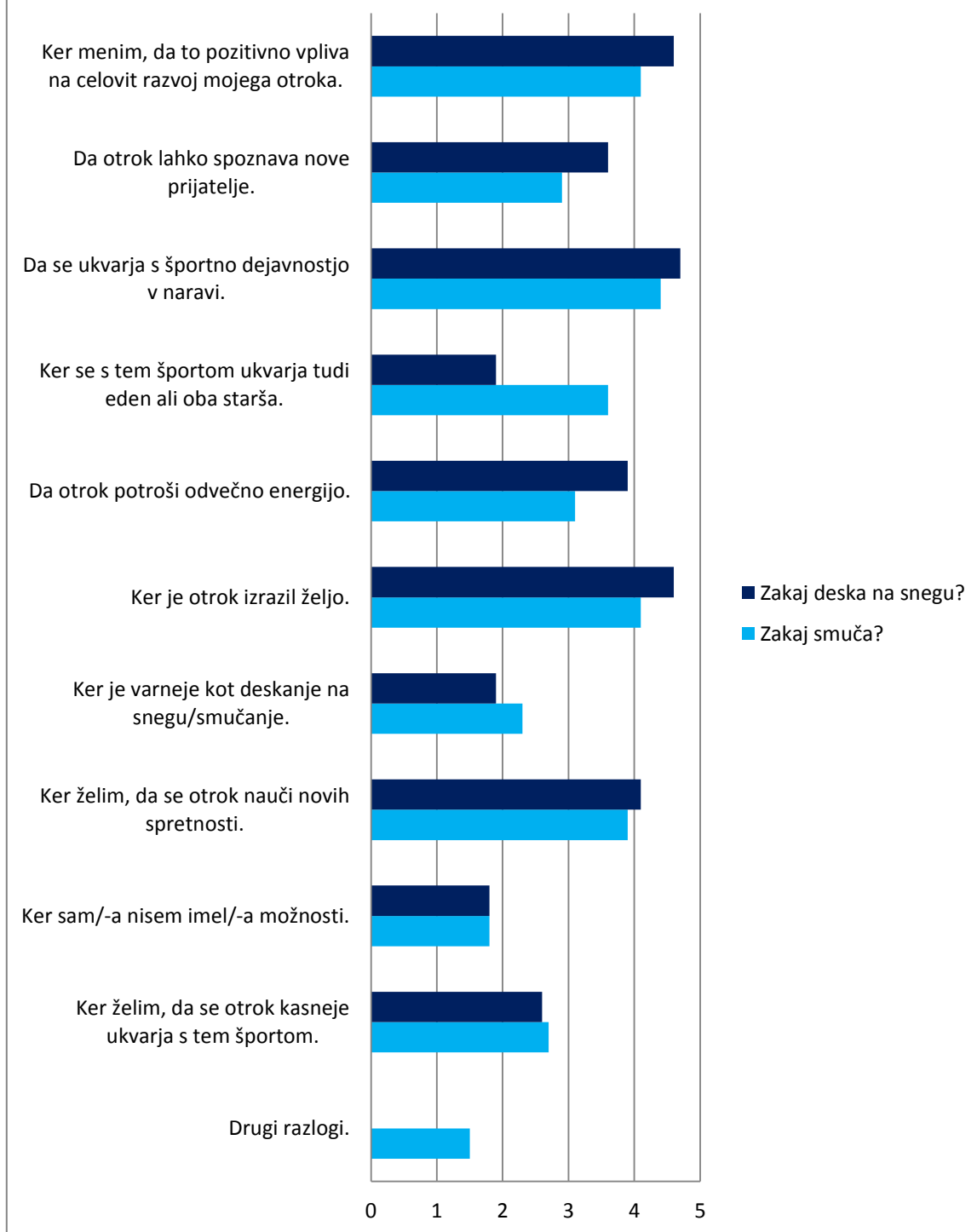
- 1 – Trditev sploh ni ustrezna.
- 2 – Trditev ni ustrezna.
- 3 – Trditev ustreza in ne ustreza, nekaj vmes.
- 4 – Trditev ustreza.
- 5 – Trditev zelo ustreza.

Pri vprašanju »Zakaj vaš otrok alpsko smuča?« smo navedli deset trditev, ki so jih morali starši ovrednotiti na lestvici od 1 do 5, pri čemer je 1 pomenilo, da trditev sploh ni ustrezna, 5 pa, da je trditev zelo ustrezna. Anketirani starši se najbolj niso strinjali s trditvama, da njihovi otroci alpsko smučajo zato, ker je varneje kot deskanje na snegu, in zato, ker sami niso imeli te možnosti. Trditev, da njihov otrok alpsko smuča zato, da spozna nove prijatelje, so starši tako popolnoma zavrnili, kot tudi popolnoma potrdili. Kot lahko opazimo na smučiščih, imamo predvsem dve vrsti mlajših alpskih smučarjev in deskarjev na snegu. Prvi so tisti, ki pridejo na smučišče izključno s starši, in lahko sklepamo, da so prav starši teh prej navedeno trditev zavrnili. Drugi pa so tisti otroci, ki so vključeni v različne tečaje. Sklepamo lahko, da so starši teh otrok potrdili socialno noto alpskega smučanja. Trditve, ki so se staršem zdele zelo ustrezne, so: ker menim, da to (alpsko smučanje) vpliva na celovit razvoj mojega otroka, ker se s tem športom ukvarja tudi eden ali oba starša, ker je otrok izrazil željo po alpskem smučanju in ker želim, da se s tem športom ukvarja tudi kasneje. V največji meri pa so se starši strinjali s trditvijo, da njihov otrok alpsko smuča zato, da se ukvarja s športno dejavnostjo v naravi. Noben anketiranec/-ka ni navedel/-la nobenega drugega razloga, zakaj njihov otrok alpsko smuča.

Pri vprašanju »Zakaj vaš otrok deska na snegu?« smo prav tako navedli deset trditev, ki so jih morali starši ovrednotiti na lestvici od 1 do 5, pri čemer je 1 pomenilo, da trditev sploh ni ustrezna, 5 pa, da je trditev zelo ustrezna. Rezultati, ki smo jih dobili, so zelo podobni tistim pri prejšnjem vprašanju, kjer smo spraševali, zakaj vaš otrok alpsko smuča. Prav tako kot pri alpskem smučanju se tudi tukaj starši zelo strinjajo s trditvami, da njihov otrok deska na snegu zato, ker to pozitivno vpliva na celovit razvoj njihovega otroka, da se ukvarja s športno dejavnostjo v naravi, da potroši odvečno energijo, ker je izrazil željo po deskanju na snegu in da se nauči novih spretnosti. Strinjali so se tudi s trditvami, da njihov otrok deska na snegu zato, da spozna nove prijatelje. Anketirani starši so zavrnili trditve, da njihov otrok deska na snegu zato, ker se s tem ukvarja eden ali oba starša in ker želijo, da se s tem športom ukvarja tudi kasneje v življenju.

Kot lahko vidimo s spodnje Slike 14, je za starše najpomembnejše, da se aktivnost odvija v naravi. Kar je tudi prav, če upoštevamo dejstvo, da mladi vse več časa preživijo neaktivno v prostorih, kjer se zamotijo z računalniki in drugimi multifunkcijskimi napravami, ki jih poznamo danes. Pred leti tega problema sploh niso poznali, saj so bili mladi neprestano zunaj, kjer so nehote pridobivali gibalna znanja, pomembna za življenje.

## Zakaj otroci alpsko smučajo oz. deskajo na snegu?



Slika 14. Zakaj otroci alpsko smučajo oz. deskajo na snegu?

**Legenda:**

- 1 – Trditev sploh ni ustrezna.
- 2 – Trditev ni ustrezna.
- 3 – Trditev ustreza in ne ustreza, nekaj vmes.



- 4 – Trditev ustreza.
- 5 – Trditev zelo ustreza.

### 3.7 OCENA STARŠEV



Slika 15. Ocena staršev, koliko njihov otrok uživa ob posameznem športu.

**Legenda:**

- 1 – Otrok sploh ne uživa.
- 2 – Otrok ne uživa.
- 3 – Otrok zmerno uživa.
- 4 – Otrok uživa.
- 5 – Otrok zelo uživa.

S Slike 15 lahko vidimo oceno staršev, koliko njihov otrok uživa ob alpskem smučanju ali deskanju na snegu. Povprečna ocena pri alpskem smučanju je 4,3, pri deskanju na snegu pa 4,8. Ugotovimo lahko, da starši menijo, da njihovi otroci močno uživajo pri teh dveh športih. Malenkost višja je ocena za uživanje pri deskanju na snegu, vendar je vzorec manjši. Zato smo se odločili, da pod drobnogled postavimo otroke, ki se ukvarjajo z obema športoma. Razporeditev ocen od 1 do 5, kjer 1 pomeni, da otrok sploh ne uživa, in 5, da zelo uživa, je prikazana v spodnji Tabeli 1. Starši otrok, ki se ukvarjajo z obema športoma, so dali majhno prednost deskanju na snegu. S povprečno vrednostjo so deskanje na snegu ocenili s 4,8, medtem ko so alpskemu smučanju v povprečju pripisali 4,5. Kakorkoli pogledamo, ti otroci zelo uživajo v obeh športih in prav je tako.

Tabela 1 Ocena staršev, koliko njihov otrok uživa ob alpskem smučanju in deskanju na snegu.

<b>Ocena uživanja ob alpskem smučanju in deskanju na snegu otrok, ki se ukvarjajo z obema športoma (število odgovorov)</b>					
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Smučanje</b>	x	1	x	3	8
<b>Deskanje na snegu</b>	x	x	x	2	10

**Legenda:**

- 1 – Otrok sploh ne uživa.
- 2 – Otrok ne uživa.
- 3 – Otrok zmerno uživa.
- 4 – Otrok uživa.
- 5 – Otrok zelo uživa.

## 4 SKLEP

Z raziskovalno nalogo smo potrdili splošno uveljavljeno mnenje, da več otrok alpsko smuča kot pa deska na snegu. Do takšnih rezultatov smo prišli tudi zaradi uveljavljenosti obeh športov. Alpsko smučanje ima mnogo daljšo zgodovino kot deskanje na snegu. Še pred dobrim desetletjem je deskanje na snegu veljalo za šport uporniške mladine, ki je z deskami norela po smučiščih in s tem ogrožala druge udeležence, predvsem alpske smučarje. Alpsko smučanje je za zelo majhne otroke primernejše kot deskanje na snegu. Pri deskanju na snegu je namreč potrebno dobro ravnotežje, ki pa ga ti še nimajo. Zato se starši v večini odločijo za alpsko smučanje, kjer otrok tudi ostane. Ugotovili smo tudi, da le osem od dvainosemdesetih staršev deska na snegu. Vendar je zanimivo, da le trije otroci teh staršev deskajo, kar pomeni, da je več takšnih otrok, ki deskajo na snegu, medtem ko njihovi starši ne.

Razlogi, zakaj otrok alpsko ne smuča, so predvsem, da tega sami nočejo. Starši so navedli tudi slabo izkušnjo otroka na alpskih smučeh in finančne nezmožnosti. Pri podobnem vprašanju, ki se je nanašalo na deskanje na snegu, so starši odgovorili, da njihov otrok ne deska na snegu zato, ker tega noče. Najbolj pogosto so navedli tudi razlog, da njihov otrok alpsko smuča in da zato ne deska na snegu. Prav tako so podobni rezultati pri vprašanjih, zakaj otrok alpsko smuča in zakaj deska na snegu. Deskanje na snegu je v nekoliko slabšem položaju glede na to, da lahko otroci prej začnejo alpsko smučati. Ko pa otroci dosežejo primerno starost za deskanje na snegu, že znajo alpsko smučati in, kot je navedlo veliko staršev, nočejo deskati na snegu.

Prišli smo tudi do presenetljive ugotovitve glede velikosti družine ter alpskega smučanja in deskanja na snegu. Ugotovili smo, da velikost družine pozitivno vpliva na ukvarjanje z alpskim smučanjem in deskanjem na snegu. V naši raziskavi tako izmed dvanajstih družin, ki imajo tri otroke ali več, le dva alpsko ne smučata ali deskata na snegu. Zanimivo pa je to, da sta se oba anketirana starša popolnoma strinjala s trditvijo, da njihov otrok alpsko ne smuča zato, ker tega finančno ne zmorejo, ampak zaradi drugih razlogov. Še bolj zanimivo je, da se kar pet otrok iz velikih družin ukvarja z deskanjem na snegu in z alpskim smučanjem, kar je 41,6 %. Ta delež je manjši, če vzamemo celotni vzorec raziskave, za 24,6 %, in znaša le 17 %. Tukaj se pojavi problem reprezentativnosti.

Ravnotežje je tista gibalna sposobnost, ki je ključnega pomena, da se lahko otroci prej postavijo na alpske smučiče kot na snežne deske. Bistvena razlika med alpskim smučanjem in deskanje na snegu je ta, da imajo deskarji na snegu vpeti obe nogi na eno desko, pri alpskem smučanju pa ima smučar za vsako nogo svojo desko. Smučar začetnik si pripne alpske smučiče in brez večjih težav stoji na mestu in se premika s hojo po ravnini, za oporo so tukaj še palice. Pri deskanju na snegu je to malenkost težje, saj ni palic in še noge so vpete na eno desko. Zato je učenje deskanja na snegu primerno za starejše otroke kot učenje alpskega smučanja.

Starši bi morali spodbujati raznovrstno in predvsem redno športno udejstvovanje svojih otrok, saj se lahko le tako otrok celostno razvije, hkrati pa prenese vedenjske vzorce, torej redno športno aktivnost, v nadaljnje življenje in si s tem zagotovi zdravje, ki je človekovo največje bogastvo. Ni toliko pomembno, s katerim športom se otroci ukvarjajo, pomembno je, da se in da ob tem uživajo

## 5 VIRI

- Burton, R. R., Brown, J. S. in Fischer, G. (1984). *Skiing as a Model of Instruction*. Cambridge: University Press.
- Drev, A. (2010). *Odnos otrok in mladostnikov do gibanja*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS.
- Gustaitis, J. (2010). *Snowboard*. Crabtree Publishing Company.
- Lešnik, B. in Žvan, M. (2007). *Naše smučine*. Ljubljana: SZS - ZUTS Slovenije.
- Payne, W., Reynolds, M., Brown, S. in Fleming, A. *Sports role models and their impact on participation in physical activity: a literature review*. University of Ballarat: School of Human Movement and Sport Sciences.
- Pistotnik, B. (2003). *Osnove gibanja – Gibalne sposobnosti in ostala sredstva za njihov razvoj v športni praksi*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pišot, R. in Videmšek, M. (2004). *Smučanje je igra*. Ljubljana: Zveza učiteljev in trenerjev smučanja Slovenije.
- Povše, A. (2011). *Subkultura deskarjev na snegu*. Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani: Fakulteta za družbene vede.
- Sila, B. (2008). *Športnorekreativna dejavnost Slovencev 2008*. Revija Šport. 89-93.
- Škof, B. (2007). *Šport po meri otrok in mladostnikov*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani Fakulteta za šport.
- Ušaj, A. (2003). *Osnove športnega treniranja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

## 6 PRILOGE

### Priloga 1: Anketni vprašalnik

#### ANKETA

Spoštovani starši!

Sem Tomaž Zobec, študent Fakultete za šport. Pripravljam diplomsko nalogo z naslovom »Dejavniki vključevanja otrok v alpskem smučanju in deskanju na snegu«. Z anketo, ki vam jo je otrok prinesel, bom prišel do pomembnih ugotovitev za moje diplomsko delo. Prosim vas, da jo rešite in nato vrnete razredničarki oz. razredniku vašega otroka. Udeleženci te raziskave imate zagotovljeno popolno anonimnost in vaši odgovori bodo uporabljeni izključno v raziskovalne namene.

Navodilo za reševanje: Obkrožite ustrezen odgovor.

1. Vaš spol: M    Ž
2. Spol otroka: M    Ž
3. Vaša starost: \_\_\_\_\_
4. Starost otroka: \_\_\_\_\_
5. Vaša izobrazba:
  - a) nedokončana OŠ
  - b) končana OŠ
  - c) končana 3 -letna SŠ ali 4 -letna SŠ
  - d) končana višja ali visoka strokovna šola
  - e) končan univerzitetni študij
  - f) magisterij, doktorat
6. Koliko otrok imate:
  - a) 1    b) 2    c) 3    d) 4    e) več kot 4
7. Kako pogosto se vi ukvarjate s športno dejavnostjo (npr. tek, aerobika, fitnes, športne igre, hitra hoja, pilates, gornišтво ...), ki traja minimalno 45 minut?
  - a) Nikoli
  - b) Občasno (1-krat letno do 3-krat mesečno)
  - c) Redno (1-krat do 3-krat tedensko)
  - d) Pogosto (4- krat tedensko ali več)
8. Kako pogosto se vaš otrok ukvarja s športno dejavnostjo (športne igre, gornišтво, gimnastika, plavanje ...), ki traja minimalno 45 minut, če izvzamemo športno vzgojo v šoli?
  - a) Nikoli
  - b) Občasno (1-krat letno do 3-krat mesečno)
  - c) Redno (1-krat do 3-krat tedensko)
  - d) Pogosto (4- krat tedensko ali več)
9. Ali kdo od staršev vašega otroka alpsko smuča?
  - a) Ne, nihče.
  - b) Da, mati.
  - c) Da, oče.
  - d) Da, oba.
10. Ali vaš otrok alpsko smuča?
  - a) Ne.
  - b) Da, rekreativno.
  - c) Da, tekmovalno (trenira v klubu).
11. Ali kdo od staršev vašega otroka deska na snegu?
  - a) Ne, nihče.

- b) Da, mati.
- c) Da, oče.
- d) Da, oba.

12. Ali vaš otrok deska na snegu?

- a) Ne.
- b) Da, rekreativno.
- c) Da, tekmovalno (trenira v klubu).

13. Če ste pri vprašanju 10 odgovorili z NE, na skali ovrednotite podane trditve, zakaj vaš otrok NE SMUČA ALPSKO. (1 - trditev sploh ni ustrezna, 5 - trditev zelo ustreza)

a) Ker menim, da tega moj otrok ne potrebuje.	1	2	3	4	5
b) Ker je otrok prezaseden z drugimi dejavnostmi.	1	2	3	4	5
c) Ker tega finančno ne zmorem.	1	2	3	4	5
d) Ker otrok tega noče.	1	2	3	4	5
e) Ker je prenevarno.	1	2	3	4	5
f) Zaradi preslabe ponudbe tečajev.	1	2	3	4	5
g) Ker otrok še ni dovolj star za smučanje.	1	2	3	4	5
h) Drugo: _____	1	2	3	4	5

14. Če ste pri vprašanju 10 odgovorili z DA, na skali ovrednotite podane trditve, zakaj vaš otrok ALPSKO SMUČA. (1 - trditev sploh ni ustrezna, 5 - trditev je zelo ustrezna)

i) Ker menim, da to pozitivno vpliva na celovit razvoj mojega otroka.	1	2	3	4	5
j) Da otrok tako spoznava nove prijatelje.	1	2	3	4	5
k) Da se ukvarja s športno dejavnostjo v naravi.	1	2	3	4	5
l) Ker se s tem športom ukvarja tudi eden ali oba starša.	1	2	3	4	5
m) Da otrok potroši odvečno energijo.	1	2	3	4	5
n) Ker je otrok izrazil željo po smučanju.	1	2	3	4	5
o) Ker je varneje kot deskanje na snegu.	1	2	3	4	5
p) Ker želim, da se otrok nauči novih spretnosti.	1	2	3	4	5
q) Ker sam/-a nisem imel/-a možnosti.	1	2	3	4	5
r) Ker želim, da se otrok kasneje ukvarja s tem športom.	1	2	3	4	5
s) Drugo: _____	1	2	3	4	5

15. Če ste pri vprašanju 12 odgovorili z NE, na skali ovrednotite podane trditve, zakaj vaš otrok NE DESKA NA SNEGU. (1 - trditev sploh ni ustrezna, 5 - trditev zelo ustreza)

t) Ker menim, da tega moj otrok ne potrebuje.	1	2	3	4	5
u) Ker je otrok prezaseden z drugimi dejavnostmi.	1	2	3	4	5
v) Ker tega finančno ne zmorem.	1	2	3	4	5
w) Ker otrok tega noče.	1	2	3	4	5
x) Ker je prenevarno.	1	2	3	4	5
y) Zaradi preslabe ponudbe tečajev.	1	2	3	4	5
z) Ker otrok še ni dovolj star za deskanje na snegu.	1	2	3	4	5
aa) Drugo: _____	1	2	3	4	5

16. Če ste pri vprašanju 12 odgovorili z DA, na skali ovrednotite podane trditve, zakaj vaš otrok DESKA NA SNEGU. (1 - trditev sploh ni ustrezna, 5 - trditev je zelo ustrezna)

bb) Ker menim, da to pozitivno vpliva na celovit razvoj mojega otroka.	1	2	3	4	5
cc) Da otrok tako spoznava nove prijatelje.	1	2	3	4	5
dd) Da se ukvarja s športno dejavnostjo v naravi.	1	2	3	4	5
ee) Ker se s tem športom ukvarja tudi eden ali oba starša.	1	2	3	4	5

ff) Da otrok potroši odvečno energijo.	1	2	3	4	5
gg) Ker je otrok izrazil željo po deskanju na snegu.	1	2	3	4	5
hh) Ker je varneje kot alpsko smučanje.	1	2	3	4	5
ii) Ker želim, da se otrok nauči novih spretnosti.	1	2	3	4	5
jj) Ker sam/-a nisem imel/-a možnosti.	1	2	3	4	5
kk) Ker želim, da se otrok kasneje ukvarja s tem športom.	1	2	3	4	5
ll) Drugo:_____	1	2	3	4	5

17. Če vaš otrok smuča, na lestvici od 1 do 5 (1 - sploh ne uživa, 5 - zelo uživa) ocenite, koliko vaš otrok uživa ob ALPSKEM SMUČANJU.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

18. Če vaš otrok deska na snegu, na lestvici od 1 do 5 (1 - sploh ne uživa, 5 - zelo uživa) ocenite, koliko vaš otrok uživa ob DESKANJU NA SNEGU.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Najlepša hvala za iskrene odgovore in vaš čas.