

**RAZISKOVALNA NALOGA  
OŠ VOJNIK**

**ŠPORTNA AKTIVNOST NA OŠ VOJNIK  
PRIMERJAVA MED 4. IN 9. RAZREDOM  
( ŠPORT )**

MENTORICA: Urša Burja Žnidaršič

LEKTORICA: Amalija Kožuh

AVTORICE:

Urška Potočnik

Monika Strenčan

Tjaša Žlavs

Vojnik, marec 2007

## **KAZALO**

ZAHVALA	3
POVZETEK	4
1. UVOD	5
2. HIPOTEZE	6
3. TEORETIČNI DEL	7
3.1 Šport in gibanje	7
3.2 Šport v zgodovini	9
3.3 Vrste športa	10
3.4 Športna vzgoja	12
3.5 ŠKL	13
3.6 Zdrava prehrana	13
4. METODE DE LA	15
5. ANKETNI VPRAŠALNIK	16
5.1 Analiza rezultatov anketnega vprašalnika	18
6. ZAKLJUČEK	27
7. LITERATURA	28

## **ZAHVALA**

Predvsem se zahvaljujemo naši mentorici profesorici športne vzgoje Urši Burji-Žnidaršič, ki nas je vodila skozi delo raziskovalne naloge in nam pri tem pomagala. Za delo pri obdelavi podatkov iz ankete se zahvaljujemo gospodu Juretu Uraniču . Zahvala gre tudi šolski knjižničarki gospe Ivanki Krajnc, ki nam je pomagala pri iskanju gradiv za teoretični del., Zahvaljujemo se tudi učiteljici slovenskega jezika gospe Amaliji Kožuh za jezikovni pregled naloge. Za prosti čas in potrpljenje pa se zahvaljujemo tudi svojim staršem.

## **POVZETEK**

Namen naše raziskovalne naloge je raziskati športno aktivnost na OŠ Vojnik in med sabo primerjati rezultate med devetošolci in četrtošolci. O tej temi smo v knjižnici in na internetu poiskale potrebno literaturo. Za potrebne informacije in za primerjavo pa smo naredile tudi anketo. 123 anket smo razdelile med deveto-in četrtošolce na OŠ Vojnik in med četrtošolce na POŠ Šmartno. Rešene ankete smo nato pregledale in ugotovile naslednje:

- da devetošolci in četrtošolci približno enako časa posvetijo športu (več športnih vsebin v višjih razredih, četrtošolci pa imajo športno vzgojo 3-krat na teden),
- da so bolj športno aktivni fantje tako v devetem kot v četrtem razredu,
- da učencem za šport časa ne primanjkuje, predvsem četrtem razredom, ker imajo manj učenja, težava je v oddaljenosti od športnih klubov in ustanov,
- da si učenci želijo čim bolj olajšati življenje,
- da tako v 9. kot tudi v 4. razredu učenci v vsakodnevne dejavnosti vključujejo šport in gibanje,
- da se s povečanjem popularnosti športa poveča tudi športno udejstvovanje pri določenem športu.

To so odgovori, ki smo jih pričakovale. Zdelo bi se nam dobro, da bi tudi v devetem razredu imeli športno vzgojo več kot 2-krat na teden, saj si učenci snov v šoli po opravljeni športni dejavnosti laže zapomnijo.

## 1. UVOD

Skupaj s profesorico športne vzgoje na OŠ Vojnik go. Uršo Burjo Žnidaršič smo se odločile raziskati športno aktivnost učencev naše šole. Pod drobnogled smo vzele 4. in 9. razrede, da bi izvedele kateri razred se bolj intenzivno ukvarja s športnimi aktivnostmi in gibanje(hoja, tek ...). Podatke bomo pridobile iz literature in z anketo, ki jo bomo razdelile med 4. razrede OŠ Vojnik in 4. razred POŠ Šmartno ter med devetošolce.

Ankete bomo pregledale rezultate pa prikazale z grafi in besedo. Želimo, da bi se mladi pogosteje gibali, se ukvarjali s športom in skrbeli za svoje zdravje tudi s pravilno prehrano. Čeprav vsem ni omogočeno obiskovanje različnih fitnessov in športnih klubov zaradi finančnih razlogov, oddaljenosti in primanjkovalja časa. Vseeno pa lahko čas, ki ga uporabijo za sedenje pred TV in računalnikom, namenijo za hojo ali tek ne prostem, saj je to zelo koristno in pripomore k zdravemu življenju, zmanjšanju telesne mase, boljšemu počutju. Pomanjkanje gibanja pa je pogost vzrok za smrt, bolezni in druge prizadetosti.

## 2. HIPOTEZE

- Predvidevamo, da se devetošolci manj ukvarjajo s športom kot četrtošolci;
- da so fantje športno bolj aktivni kot dekleta;
- tisti, ki so športno bolj aktivni, ponavadi sodelujejo v okviru šolskih dejavnosti;
- da se manj ukvarjajo s športom zaradi primanjkovanja časa in oddaljenosti od športnih ustanov;
- da otroci popoldan preživijo pred televizijo oz. računalnikom;
- da si želijo čim bolj olajšati življenje;
- namesto da bi na kratke razdalje šli peš, se vozijo z avtomobili, gredo z dvigalom namesto po stopnicah;
- da v vsakodnevne dejavnosti ne vključujejo športa in gibanja;
- se premalo zavedajo koristi športa in gibanja;
- da imajo več časa za gibanje četrtošolci;
- z naraščanjem popularnosti športa narašča tudi športno udejstvovanje.



Slika 1 (kolesarjenje)

## 3. TEORETIČNI DEL

### 3.1 ŠPORT IN GIBANJE

**ŠPORT** je fizična aktivnost, ki je namenjena pridobivanju spretnosti, ohranjanju zdravja, tekmovanju in uživanju.

Šport najbolj izrazito posega na področje zdravstva, vzgoje in izobraževanja. Predvsem mladim pomaga pri preprečevanju in zdravljenju mnogih sociopatoloških pojavov.

**GIBANJE** pa je kakršnokoli gibanje telesa, katerega rezultat je poraba energije (izgorevanje kalorij). Pomanjkanje gibanja je pogost vzrok smrti, bolezni in druge prizadetosti.

**Gibanje in šport sta pomembna za naše zdravje. Redno gibanje in ukvarjanje s športom prinaša mnoge koristi:**

- zmanjšuje tveganje za prezgodnjo smrt;
- zmanjšuje pojav smrti zaradi srčne bolezni ali kapi, le-te pa so vzrok za tretjino vseh smrti;
- zmanjšuje nastanek razvoja srčne bolezni;
- zmanjšuje razvoj sladkorne bolezni;
- pomaga zniževati in preprečevati povišan krvni tlak, ki muči tretjino odraslega prebivalstva;
- pri ženskah pomaga preprečevati osteroporozo in zmanjšuje tveganje za zlom kolka;
- zmanjšuje tveganje za razvoj bolečin v spodnjem delu hrbta;
- spodbuja duševno blaginjo, zmanjšuje stres, občutje strahu, depresije in osamljenosti;
- pomaga preprečevati ali nadzirati na primer uporabo tobaka, alkohola in preostalih nezdravih snovi, nezdravo prehrano in nasilje pri otrocih in mladostnikih;
- pomaga nadzirati telesno težo;
- pomaga zgraditi in ohraniti zdrave kosti, mišice, sklepe in poveča energijo ljudem s kroničnimi boleznimi;
- lahko pomaga shajati z bolečinami, na primer v hrbtu ali v kolenih;
- pomaga izboljšati duševno zdravje, nadzor nad gibanjem in kognitivne funkcije;
- pomaga k učinkovitemu delovanju srca in pljuč;
- idr.

V primeru zdravstvenih težav, ki bi lahko vplivale na zmožnost gibanja in športnega udejstvovanja, se je prej pametno posvetovati z zdravnikom.

V današnjem načinu življenja se preveč časa porabi za gledanje televizije, igranje računalniških igranic in za delo z računalnikom prepogosto na račun časa in priložnosti za telesno dejavnost in šport. Mladim preprečujejo redno gibanje in športno udejstvovanje mnogi dejavniki:

- pomanjkanje časa in motivacije,
- premajhna podpora in vodenje odraslih,
- občutek zadrege ali nesposobnosti,
- pomanjkanje varnih prostorov za gibanje in šport,
- oddaljenost od klubov in igrišč,
- prepogosto nepoznavanje koristi gibanja in športa.

Obstaja veliko vrst športov, skupno vsem pa je, da zahtevajo za udejstvovanje relativno veliko časa in denarja, če že ne udeležencu pa kot gledalcu. Gibanje je lahko poceni in blizu ter dostopno vsakemu posamezniku. Gibanje in šport lahko vključimo v naš vsakdanjik, četudi nam primanjkuje časa. Z gibanjem se lahko ukvarjate kjer koli in zanj ne potrebujete nobenih posebnih pripomočkov. Hitra hoja, kolesarjenje in ples so le nekatere vrste gibanja. Lahko se gibate doma, v šoli, službi ... Za odrasle osebe velja, da se gibljejo ali ukvarjajo s športom vsaj pol ure na dan, otroci in mladostniki pa vsaj eno uro na dan vsak dan.

Vzorci gibanja in športnega udejstvovanja, pridobljeni v otroštvu, se pogosto ohranjajo vse življenje in zgradijo temelje za dejavno in zdravo življenje. Premalo gibanja in športa v otroštvu lahko botruje težavam z zdravjem vse življenje. Gibanje in šport sta koristna tudi v poznem življenjskem obdobju. S tem se pridobi boljše ravnotežje, moč, koordinacija in gibčnost. Večja gibčnost, boljše ravnotežje in mišični tonus lahko pomagajo preprečiti padce, ki so glavni vzrok prizadetosti med starejšimi.



### 3.2 ŠPORT V ZGODOVINI

Razvoj športa v zgodovini nam lahko pove veliko o socialnih spremembah in o naravi športa samega.

Obstajajo predmeti, ki napeljujejo na to , da so se **na Kitajskem** s športom ukvarjali že **leta 4000 pred našim štetjem**. V kitajski zgodovini naj bi bila še posebej popularna gimnastika. V svetiščih se nahajajo dokazi, da so že pred nekaj tisoč leti bili razviti športi, kot so **plavanje, ribarjenje, metanje kopja ,rokoborba in skok v višino**.

V času **antične Grčije** je bilo razvitih že veliko športov. Najpogostejši so bili rokoborba, **boks, metanje kopja in diska in kočijaške dirke**. Vsako leto so imeli **olimpijske igre** v majhnem mestu Olimpiji. Od antike naprej so šport vedno bolj nadzorovali in organizirali .Kmalu je prevladal **profesionalizem** , ki pa je le še povečal popularnost športa.

(Povzeto po <http://sl.wikipedia.org/wiki>)

### 3.3 VRSTE ŠPORTA

#### ATLETIKA

- skoki (skok v daljino, skok v višino)
- tek (maraton, kros, tek čez ovire...)
- metanje (met diska, met kopja...)
- hitra hoja.

#### ŠPORTI Z ŽIVALMI

- tekma kamel
- desurno jahanje
- pasja dirka ...

#### BORILNI ŠPORTI

- boks
- judo
- sabljanje
- sumo ...

#### KOLESARSTVO

- cestno kolesarstvo (cestne dirke...)
- gorsko kolesarstvo ...

#### GIMNASTIKA

- aerobika
- ritmična gimastika
- športna gimastika ...

#### MOTORIZIRANI ŠPORTI

- karting
- dirka z avtomobili,
- dirka z motorji ...

#### ZUNANJI ŠPORTI

- alpinizem
- gornišтво ...

#### ŠPORTI MOČI

- dviganje uteži
- polaganje rok...

#### ŠPORTI Z LOPARJI

- badminton
- tenis
- namizni tenis ...

#### DRSANJE IN ROLANJE

- hokej ...

## SMUČANJE IN ZIMSKI ŠPORTI

- alpsko smučanje (slalom, veleslalom, smuk...)
- nordijsko smučanje (biatlon, tek na smučeh...) ...

## SANKANJE

- bob
- sankanje ...

## ŠPORTI S TARČAMI

- lokostrelstvo
- kriket
- pikado ...

## SKUPINSKI ŠPORTI

- ameriški nogomet
- košarka
- nogomet ...

## VODNI ŠPORTI

- plavanje
- hitrostno potapljanje
- surfanje ...

## IGRE UMA

- šah
- dama...

Povzeto po: [http://sl.wikipedia.org/wiki/Slovenski\\_športniki](http://sl.wikipedia.org/wiki/Slovenski_športniki) )



Slika 2 (bordanje)

### 3.4 ŠPORTNA VZGOJA

V šolah, ki so delovale v slovenskih deželah, niso poznali telovadbe vse do druge polovice

19. stoletja.

Glavni namen šolske telesne vzgoje je bil in je zagotoviti učencem vsestranski telesni in duševni razvoj. Zmogljivost učencev naj bi nenehno naraščala. Šolsko in domače delo pogosto silita učence v nenaravne položaje, ki zelo slabo vplivajo na rast in zdravo držo. Telesna vzgoja pa pomaga odpravljati posledice nepravilnega sedenja, napačnega nošenja šolske torbe. S telesno vzgojo navajajo učence na zdrav način življenja.

Otroci si pri telesni vzgoji:

- utrjujejo zdravje,
- pospešujejo telesni razvoj,
- razvijajo zmožnost za delo,
- pridobivajo športno znanje, idr.

Za več športne aktivnosti pa bi tudi starši morali spodbujati svoje otroke. Otroke naj bi:

- spodbujali, ne silili k športu,
- spodbujali k zdravim navadam,
- podpirali in poučevali pošteno igro, itd.

(Povzeto po:

[http://www.revija-vita.com/Vita\\_38/Sportna-vzgoja-v-soli/sportna\\_vzgoja\\_v\\_soli.html](http://www.revija-vita.com/Vita_38/Sportna-vzgoja-v-soli/sportna_vzgoja_v_soli.html))



Slika 3 (košarka)

### 3.5 ŠKL

Na naši šoli deluje tudi šolska košarkaška liga, v katero so vključeni tudi devetošolci in devetošolke.

Šolska košarkaška liga (ŠKL) je projekt osnovnih in srednjih šol, ki je pod vodstvom skupine strokovnjakov, ki je nastal v šolskem letu 1995/1996. Skrbi za celoletno sodelovanje mladih v športnih in interesnih dejavnostih v slovenskih osnovnih in srednjih šolah.

V okviru projekta skrbi za :

- kakovostno in zdravo preživljanje prostega časa,
- uvajanje v športno življenje in navajanje nanj,
- popestritev šolskih in obšolskih dejavnosti ...



Slika 4 (ŠKL)

### 3.6 ZDRAVA PREHRANA

Osnovno načelo zdrave (športne) prehrane je jesti čim bolj raznovrstno prehrano kot na primer veliko proteinov, maščob, ogljikovih hidratov, vitaminov, mineralov in rastlinskih vlaken.

Beljakovine so res osnovni gradbeni material našega telesa, a za aktivne ljudi so slab vir

takojšnje energije.

Odvečne beljakovine gradijo bolj zamaščeno telo , ne pa močnejše mišično tkivo.

V svetu in pri nas reklamirajo športne napitke, ki vsebujejo saharin, glukozo, sol in vodo. Ta napitek naj bi prišel v kri prej kot voda. Znanstvene študije pa so pokazale ravno nasprotno, vsi športni napitki pridejo v kri kasneje kot voda. Najbolje je da pijemo samo čisto vodo brez dodatkov.

(Povzeto po: [www.ezdravje.com/si/prebavila/prehrana](http://www.ezdravje.com/si/prebavila/prehrana) )



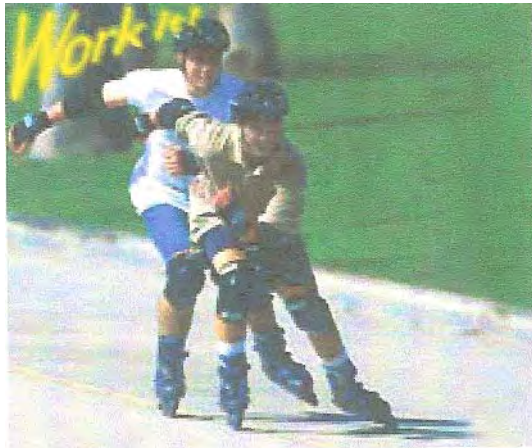
Slika 5 (prehrambena piramida)



Slika 6 (športni napitki)

## 4. METODE DE LA

Najprej smo najprej smo iskale informacije po knjigah in po straneh na internetu. Našle smo kar nekaj zanimivih podatkov, ki so nam prišli prav. Napisale smo hipoteze, teoretični del in se lotile ankete s pomočjo katere smo dobile informacije o športni aktivnosti med učenci. Ankete smo razdelile med 4. razrede v Vojniku in v Šmartnem ter med vse 9. razrede. Rešene ankete smo pregledale in zapisale rezultate.



Slika 7 (rolanje)

## 5. ANKETNI VPRAŠALNIK - ŠPORTNA AKTIVNOST

Smo Urša Potočnik, Tjaša Žlavs in Monika Strenčan in pod vodstvom učiteljice za športno vzgojo, Urše Burje Žnidaršič, raziskujemo in primerjamo športno aktivnost četrtošolcev in devetošolcev na OŠ Vojnik.

Pred teboj je anonimni anketni vprašalnik, katerega rezultati nam bodo v pomoč.

RAZRED:.....

SPOL: M      Ž

1. S katerim športom se ukvarjaš? (Dejavnosti povezane s poukom in šolo- izbirne vsebine, ŠKL ...)

.....

2. S katerim športom se ukvarjaš? (izven šole)

.....

3. Ali se lahko včlaniš v kakšen klub ali v druge športne dejavnosti kljub oddaljenosti od doma?

- a.) DA
- b.) NE

4. Ali ti za športne aktivnosti primanjkuje časa?

- a.) DA
- b.) NE

5.. Kaj počneš po pouku v popoldanskem času ( največkrat)?

- a.) gledam televizijo,
- b.) se ukvarjam s športom,
- c.) se učim,
- d.) igram računalnik,
- d.) DRUGO:.....

6. Vstopil si v stolpnico. Kaj izbereš, da prideš v 5. nadstropje?

- a.) dvigalo
- b.) stopnice



7. Ali v vsakodnevnih dejavnostih vključuješ šport in gibanje?

- a.) DA
- b.) NE

8. Ali se ti zdi, da s pomanjkanjem gibanja škoduješ svojemu zdravju?

- a.) DA
- b.) NE

9. Ali meniš, da se športno udejstvovanje pri določenem športu poveča zaradi popularnosti športa?

- a.) DA
- b.) NE

Hvala za sodelovanje !

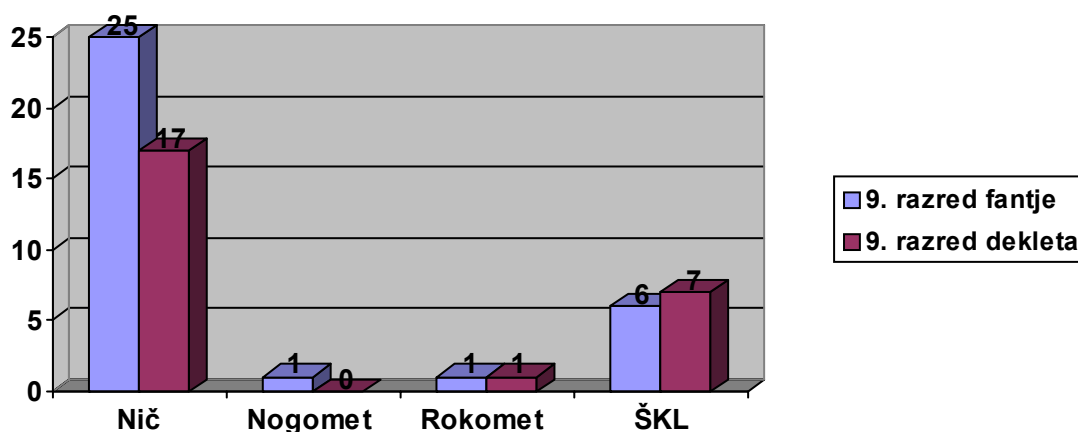
Urša, Tjaša, Monika

## 5.1 ANALIZA REZULTATOV ANKETNEGA VPRAŠALNIKA - ŠPORTNA AKTIVNOST

### 1. vprašanje

S katerim športom se ukvarjaš? (Dejavnosti povezane s poukom in šolo – izbirne vsebine, ŠKL ...)

Šport (panoga)	9. razred fantje	9. razred dekleta
Nič	25	17
Nogomet (izbirna vsebina)	1	0
Rokomet (izbirna vsebina)	1	1
Šolska košarkarska liga	6	7



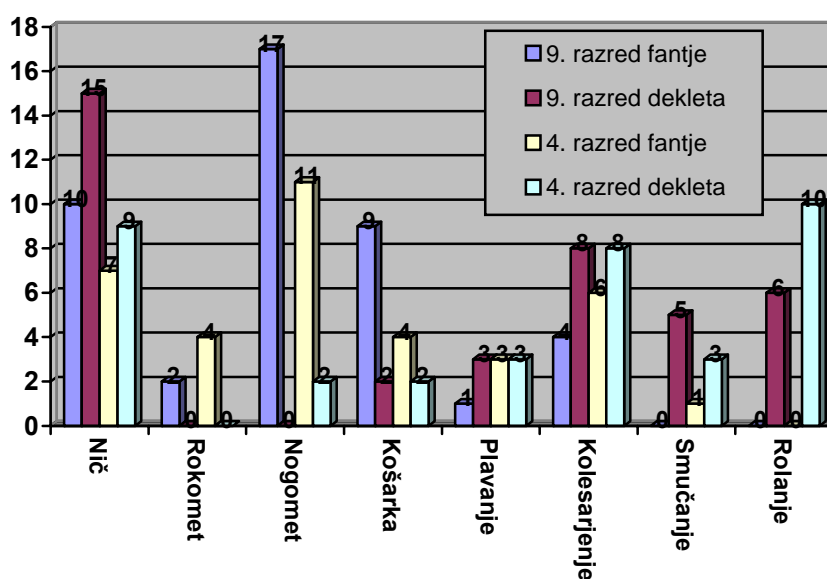
Graf št.1 (prikazuje športno aktivnost 9. razreda v okviru šolskih dejavnosti)

Rezultati ankete kažejo, da se kljub dobri ponudbi športnih izbirnih vsebin (šport za zdravje, šport za sprostitev, izbrani šport, ŠKL) zelo malo otrok ukvarja s športom v okviru šolskih dejavnosti. Morali pa bi se gibati predvsem med šolskimi urami, saj si tako zapomniš pridobljeno znanje.

## 2. vprašanje

S katerim športom se ukvarjaš izven šole?

Šport (panoga)	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
Nič	10	15	7	9
Rokomet	2	0	4	0
Nogomet	17	0	11	2
Košarka	9	2	4	2
Plavanje	1	3	3	3
Kolesarjenje	4	8	6	8
Smučanje	0	5	1	3
Rolanje	0	6	0	10



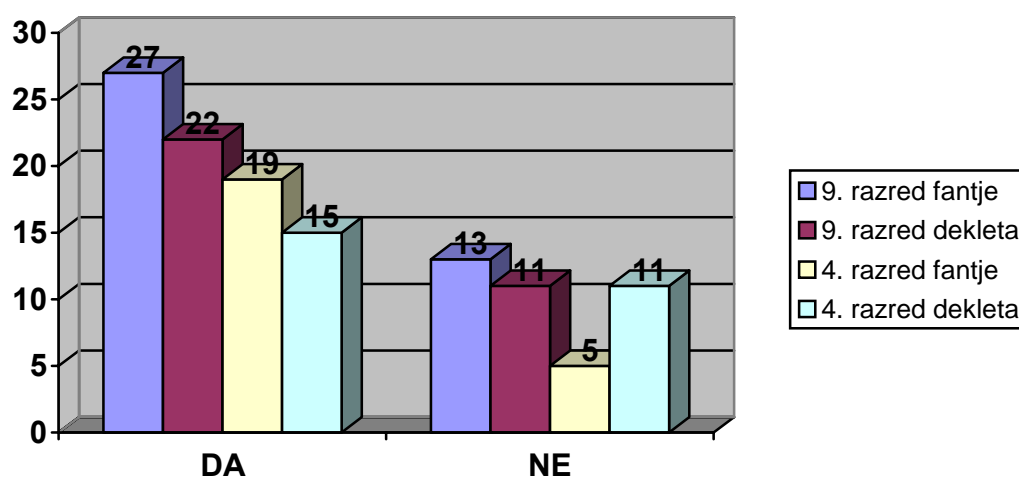
Graf št. 2 (prikazuje športno aktivnost med učenci 4. in 9. razreda v izvenšolskih dejavnostih)

Bile smo malo razočarane nad prvimi odgovori, potem pa so nas presenetili odgovori opravljanja športne dejavnosti doma in izven šole. Ugotovile smo, da je med fanti najbolj priljubljen nogomet, med dekleti pa rolanje tako v devetem kot tudi v četrtem razredu. Odgovori glede plavanja in kolesarjenja pa so si zelo enotni.

### 3. vprašanje

Ali se lahko včlaniš v klub ali druge športne dejavnosti kljub oddaljenosti od doma?

Možna odgovora	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
DA	27	22	19	15
NE	13	11	5	11



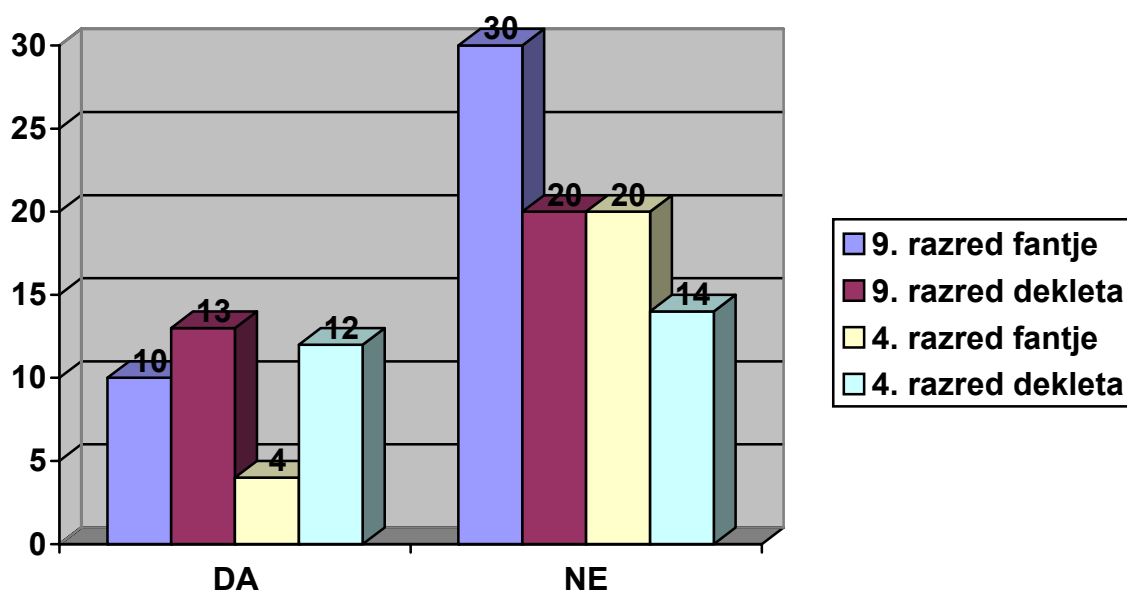
Graf št. 3 (graf prikazuje odgovore v zvezi s težavami z oddaljenostjo športnih ustanov od doma)

Menile smo, da bodo odgovori večinoma negativni, ker večina učencev prihaja iz okoliških zaselkov in tako so posledično oddaljeni od športnih klubov in športnih ustanov. Odgovori pa kažejo, da večina učencev s tem nima težav.

#### 4. vprašanje

Ali ti za športne aktivnosti primanjkuje časa?

Možna odgovora	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
DA	10	13	4	12
NE	30	20	20	14



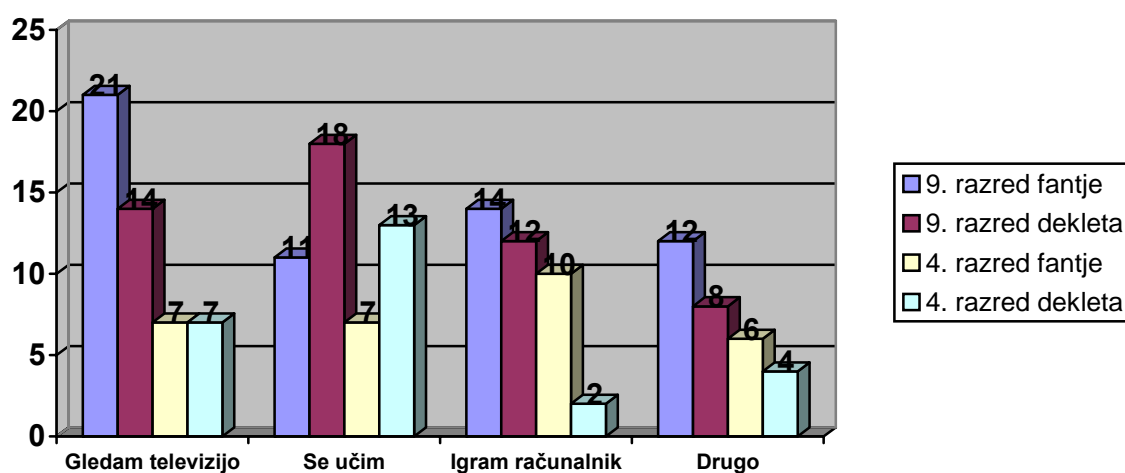
Graf št. 4 (ponazarja odgovore 4. in 9.-šolcev, glede pomanjkanja časa za športne aktivnosti)

Ker je v devetem razredu zelo veliko učne snovi in s tem tudi učenja, je bilo nepričakovano, da je kar 50 od 73 devetošolcev odgovorilo, da s tem nimajo težav. Približno enaki odgovori pa so bili tudi pri četrtošolcih. Odgovori kažejo tudi na to, da imajo več časa za športne dejavnosti fantje.

## 5. vprašanje

Kaj počneš po pouku v prostem času?

Dejavnost	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
Gledam televizijo	21	14	7	7
Se učim	11	18	7	13
Igram računalnik	14	12	10	2
Drugo	12	8	6	4



Graf št.5 (prikazuje dejavnosti učencev v popoldanskem času)

Glede na rezultate učenci popoldne največkrat gledajo televizijo, se učijo in igrajo računalniške igrice.

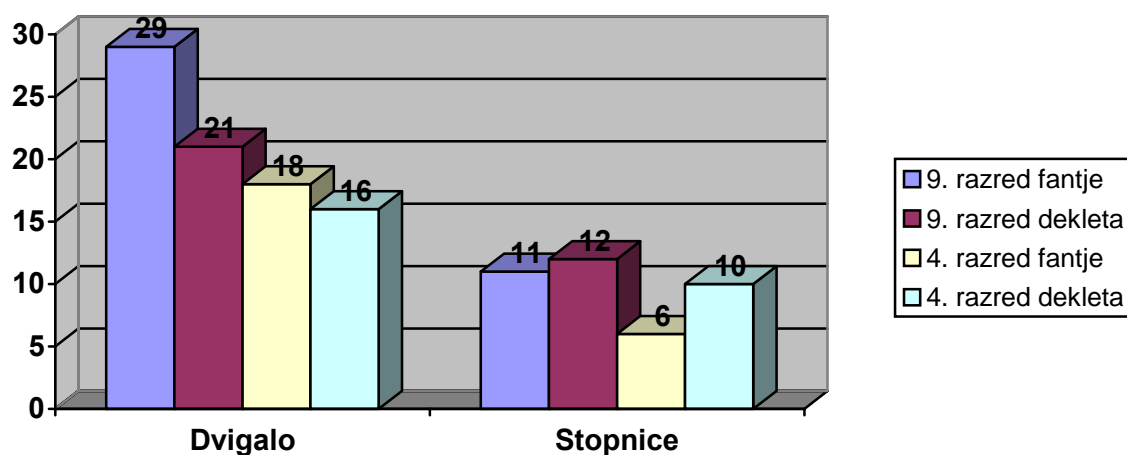
Pod drugo so učenci vpisali, da so popoldne tudi športno aktivni, se ukvarjajo s kolektivnimi športi, plesom, z igranjem instrumentov v glasbeni šoli, branjem...

Kot zanimivost pa navajamo, da se v popoldanskem času večina deklet uči, fantje pa se ukvarjajo s športom in z igricami na računalniku.

## 6. vprašanje

Vstopil si v stolpnico. Kaj izbereš, da prideš v 5. nadstropje?

Možna odgovora	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
Dvigalo	29	21	18	16
Stopnice	11	12	6	10



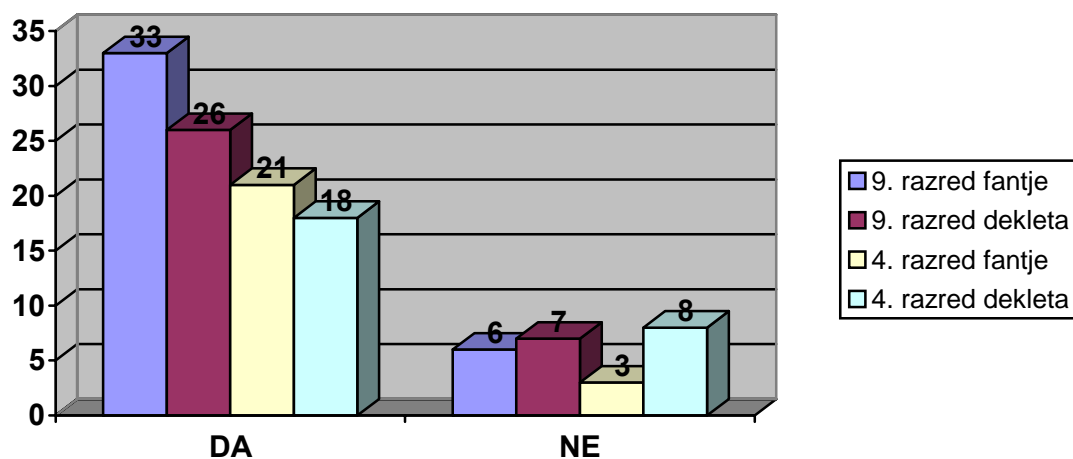
Graf št. 6 (ponazarja odgovore učencev, ki so za pot v stolpnico izbrali ali dvigalo ali stopnice)

S tem vprašanjem smo želele ugotoviti, če si otroci res želijo bolj poenostaviti življenje. Prišle smo do ugotovitve, da je to res. Večina se jih je namreč odločila, da bi za pot v peto nadstropje stolpnice vsi uporabili dvigalo.

## 7. vprašanje

Ali v vsakodnevne dejavnosti vključuješ šport in gibanje?

Možna odgovora	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
DA	33	26	21	18
NE	6	7	3	8



Graf št. 7 (prikazuje odgovore o vsakodnevnem gibanju učencev)

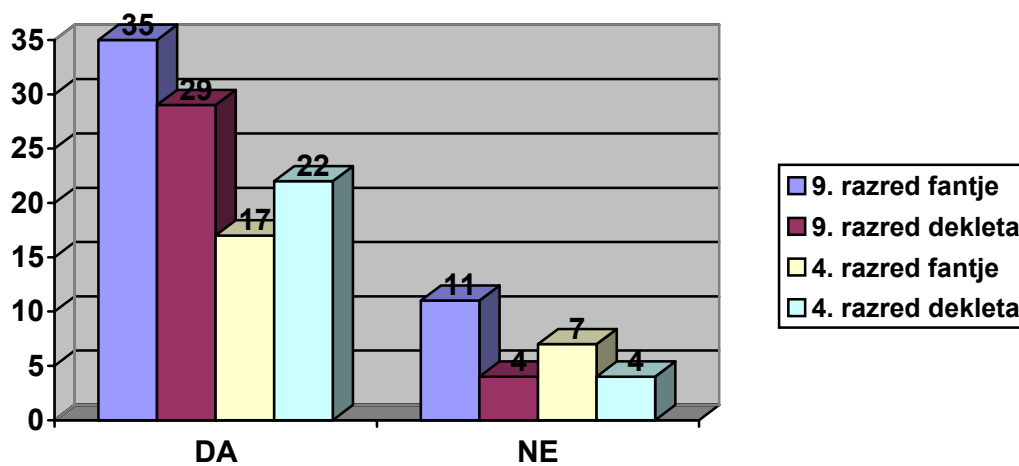
Ko smo pisale to vprašanje, smo mislile predvsem na to, če si na dan otrok vzame vsaj 30 minut zase in je športno aktiven. Glede na rezultate učenci v svoj vsakdan vključujejo tudi gibanje.



## 8. vprašanje

Ali se ti zdi da s pomanjkanjem gibanja škoduješ svojemu zdravju?

Možna odgovora	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
DA	35	29	17	22
NE	11	4	7	4



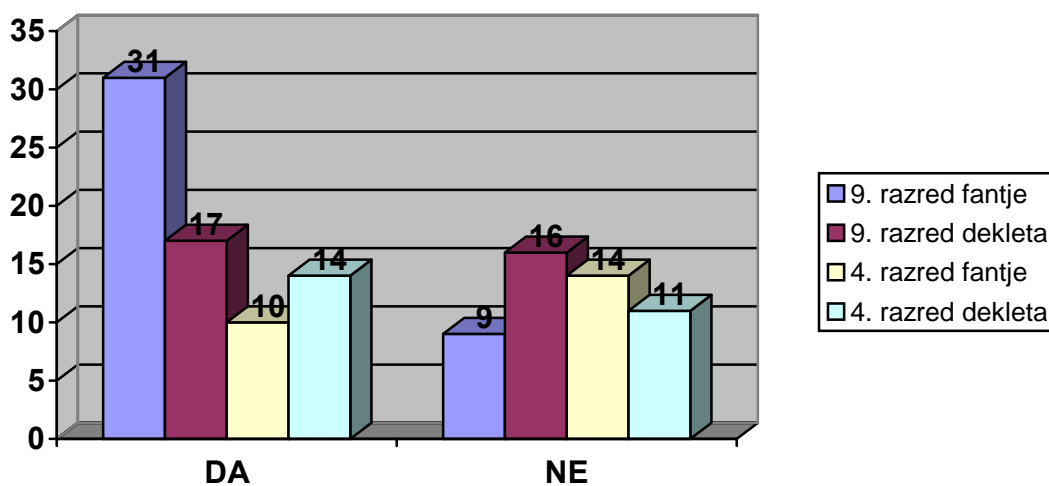
Graf št. 8 (graf ponazarja odgovore o pomembnosti športa in gibanja za zdravje)

Zdi se nam, da je zdravje človeka zelo pomembno. Za zdravo življenje pa je pomembno tudi gibanje. Rezultati so pokazali, da se učenci tega zavedajo.

## 9. vprašanje

Ali meniš, da se športno udejstvovanje pri določenem športu poveča zaradi popularnosti športa?

Možna odgovora	9. razred fantje	9. razred dekleta	4. razred fantje	4. razred dekleta
DA	31	17	10	14
NE	9	16	14	11



Graf št. 9 (graf prikazuje rezultate vprašanja o popularnosti športa in športnem udejstvovanju, glede na popularnost)

Popularnost športa naj bi se dvigovala z zmagami na državnih in svetovnih prvenstvih. Učenci imajo med športniki tudi svoje vzornike in se po njih zgledujejo, s tem pa se udejstvovanje pri določenem športu poveča.

## 6. ZAKLJUČEK

Na začetku smo postavile kar nekaj hipotez in predvidevale, da se devetošolci manj ukvarjajo s športom, a smo prišle do ugotovitve, da med četrtošolci in devetošolci ne prihaja do prevelikih razlik. Rezultati se delno razlikujejo zaradi športnih vsebin, ki jih šola nudi v višjih razredih (izbirni predmeti, ŠKL...)

V športnih aktivnostih prihaja med spoloma do razlik, saj se fantje bolj ukvarjajo s kolektivnimi športi kot so rokomet, nogomet, košarka. Med dekleti pa prevladuje rolanje, kolesarjenje, plavanje ... Odgovori so pokazali, da so fantje bolj športno aktivni kot dekleta, ki večino popoldanskega časa porabijo za učenje, branje in gledanje televizije. Fantje pa popoldan preživijo na igrišču, so športno dejavni, prosti čas pa namenijo tudi gledanju televizije, igranju računalnika in učenju.

Zdelo se nam je, da se učenci manj ukvarjajo s športom, ker jim primanjkuje časa predvsem v devetem razredu, ker je več učenja. Ampak anketa je pokazala ravno nasprotno, saj je kar 84 od 123 učencev odgovorilo, da jim časa ne primanjkuje in si ga vzamejo tudi za gibanje .

Kljub temu da imajo čas, pa so od športnih klubov in ustanov kar precej oddaljeni in to jim povzroča težave.

Učenci si želijo čim bolj olajšati življenje, to so nam pokazali rezultati ankete, saj so si za pot v peto nadstropje v stolpnici skoraj vsi izbrali dvigalo, po stopnicah pa bi jih šlo zelo malo.

Učenci v vsakodnevne dejavnosti vključujejo šport in gibanje, saj se zavedajo koristi za svoje zdravje. Ovrgle smo hipotezo, da v vsakodnevne dejavnosti otroci ne vključujejo športa in gibanja ter da se ne zavedajo, kakšne koristi jim šport prinese.

Z naraščanjem popularnosti športa se poveča tudi športno udejstvovanje. Da se učenci s tem strinjajo pa so pokazali tudi rezultati ankete.

Takšne odgovore smo pričakovale. Želimo pa si, da bi tudi v višjih razredih imeli športno vzgojo večkrat na teden. Zaradi zdravstvenih težav se dekleta tudi manj gibajo. Zdelo bi se nam dobro, da bi se ponudba športnih izbirnih vsebin povečala in da bi le-te bile dostopne tudi nižjim razredom.

## 7. LITERATURA

- Ulaga D. (1976). Telesna vzgoja šport rekreacija. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Stepišnik D. (1964). telesna kultura in šport. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Sluga S. (1971). Telesna vzgoja za nižje razrede OŠ. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Šport- tvoja izbira: šola v naravi- teoretične vsebine. (1999). Ljubljana: Gyrus.
- Zdrava prehrana [Online]. [Citirano 27. februarja 2007; 13.30]. Dostopno na spletnem naslovu: <http://www.ezdravje.com/si/prebavila/prehrana>.
- Športna vzgoja v šoli [Online]. [Citirano 27. februar 2007; 13.40]. Dostopno na spletnem naslovu: [http://www.revija-vita.com/Vita\\_38/Sportna-vzgoja-v-soli/sportna\\_vzgoja\\_v\\_soli.html](http://www.revija-vita.com/Vita_38/Sportna-vzgoja-v-soli/sportna_vzgoja_v_soli.html).
- Šport [Online]. [Citirano 6. februarja 2007; 18.30]. Dostopno na spletnem naslovu:<http://sl.wikipedia.org/wiki/šport> .
- Vrste športov [Online]. [Citirano 27. februarja 2007; 13.20]. Dostopno na spletnem naslovu: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Slovenskišportniki>.