



PREDSODKI STARŠEV O BORILNIH ŠPORTIH

Raziskovalna naloga

Avtor: Ema Aletić, 8.b

Mentor: Tjaša Nežmah, univ. dipl. ped.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje
Celje 2022

PREDSODKI STARŠEV O BORILNIH ŠPORTIH

Raziskovalna naloga

Avtor: Ema Aletić, 8.b

Mentor: Tjaša Nežmah, univ. dipl. ped.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje
Celje 2022

KAZALO VSEBINE:

1	UVOD	7
2	TEORETIČNI DEL NALOGE	8
2.1	BORILNI ŠPORTI	8
2.2	NAMEN BORILNIH VEŠČIN	9
2.3	OPIS POSAMEZNIH BORILNIH VEŠČIN	9
2.3.1	BOKS	9
2.3.2	KICKBOX	10
2.3.3	KARATE	11
2.3.4	JUDO	12
2.3.5	MMA	13
2.3.6	AIKIDO	14
2.3.7	TAJSKI BOKS	14
2.3.8	TAEKWONDO	15
2.3.9	JU-JITSU	15
2.3.10	KRAV-MAGA	16
2.3.11	BORBA S PALICAMI	17
2.3.12	CAPOEIRA	17
2.3.13	GOLOROKA BORBA	18
2.3.14	IAIDO	18
2.3.15	SABLJANJE	18
2.3.16	ZABADANJE	19
2.3.17	ROKOBORBA	19
2.3.18	KUNG FU	20
2.3.19	VALE TUDO	20
2.4	PREDSODKI	21
3	OSREDNJI DEL RAZISKOVALNE NALOGE	22
3.1	OPREDELITEV RAZISKOVALNEGA PROBLEMA	22
3.2	RAZISKOVALNE HIPOTEZE	22
3.3	RAZISKOVALNA METODA	22
3.4	POTEK RAZISKOVALNEGA DELA	22
3.5	PREDSTAVITEV IN UTEMELJITEV REZULTATOV	22
4	ZAKLJUČEK	37
5	VIRI IN LITERATURA	38

KAZALO SLIK:

SLIKA 1: BOKS.....	9
SLIKA 2: KICKBOK	10
SLIKA 3: KARATE.....	11
SLIKA 4: JUDO.....	12
SLIKA 5: MMA.....	13
SLIKA 6: AIKIDO.....	14
SLIKA 7: TAEKWONDÓ	15
SLIKA 8: JU JUTSU.....	16
SLIKA 9: KRAV MAGA	16
SLIKA 10: BORBA S PALICO	17
SLIKA 11: CAPOEIRA	18
SLIKA 12: SABLIJANJE	19
SLIKA 13: KUNG FU	20

KAZALO TABEL:

TABELA 1: ZASTOPANOST ANKETIRANCEV PO SPOLU	23
TABELA 2: ZASTOPANOST ANKETIRANCEV PO SPOLU OTROK	23
TABELA 3: ALI BI SVOJEM OTROKU PRIPOROČILI BORILNI ŠPORT?	24
TABELA 4: ZAKAJ SVOJEMU OTROKU NE PRIPOROČATE BORILNIH ŠPORTOV?	25
TABELA 5: ZAKAJ BI SVOJEMU OTROKU PRIPOROČILI BORILNE ŠPORTE?	26
TABELA 6: ALI MENITE, DA SO BORILNI ŠPORTI LE ZA FANTE?	27
TABELA 7: ZAKAJ MENITE, DA SO BORILNI ŠPORTI LE ZA FANTE?	28
TABELA 8: ALI VAŠ OTROK ŽE TRENIRA KATERO OD BORILNIH VEŠČIN?	29
TABELA 9: ALI STE ZADOVOLJNI S TRENINGI?	30
TABELA 10: ZAKAJ NISTE ZADOVOLJNI S TRENINGI?	31
TABELA 11: KATEREGA OD BORILNIH ŠPORTOV BI PRIPOROČILI SVOJEMU OTROKU?	32
TABELA 12: KAJ MENITE O BORILNIH ŠPORTIH?	33
TABELA 13: ALI MENITE, DA IMAJO DEKLETA, KI SE UKVARJAJO Z BORILNIMI ŠPORTI, BOLJ RAZVIT HRBET, RAMENA IN MOČNEJŠE ROKE?	34
TABELA 14: ALI MENITE, DA IMATE PREDSDODKE O BORILNIH VEŠČINAH?	35

KAZALO GRAFOV:

GRAF 1: ZASTOPANOST ANKETIRANCEV PO SPOLU	23
GRAF 2: ZASTOPANOST ANKETIRANCEV PO SPOLU OTROK	23
GRAF 3: ALI BI SVOJEM OTROKU PRIPOROČILI BORILNI ŠPORT?	24
GRAF 4: ZAKAJ SVOJEMU OTROKU NE PRIPOROČATE BORILNIH ŠPORTOV?	25
GRAF 5: ZAKAJ BI SVOJEMU OTROKU PRIPOROČILI BORILNE ŠPORTE?	26
GRAF 6: ALI MENITE, DA SO BORILNI ŠPORTI LE ZA FANTE?	27
GRAF 7: ZAKAJ MENITE, DA SO BORILNI ŠPORTI LE ZA FANTE?	28
GRAF 8: ALI VAŠ OTROK ŽE TRENIRA KATERO OD BORILNIH VEŠČIN?	29
GRAF 9: ALI STE ZADOVOLJNI S TRENINGI?	30
GRAF 10: ZAKAJ NISTE ZADOVOLJNI S TRENINGI?	31
GRAF 11: KATEREGA OD BORILNIH ŠPORTOV BI PRIPOROČILI SVOJEMU OTROKU?	32
GRAF 12: KAJ MENITE O BORILNIH ŠPORTIH?	33
GRAF 13: ALI MENITE, DA IMAJO DEKLETA, KI SE UKVARJAJO Z BORILNIMI ŠPORTI, BOLJ RAZVIT HRBET, RAMENA IN MOČNEJŠE ROKE?	34
GRAF 14: ALI MENITE, DA IMATE PREDSDODKE O BORILNIH VEŠČINAH?	35

ZAHVALA

Zahvaljujem se:

- svoji mentorici, Tjaši Nežmah, za vso pomoč, za odgovore na vsa vprašanja, ki sem jih potrebovala, za vso organizacijo z anketami in marsičemu drugemu,
- učitelju Tomažu Končanu za pomoč, podporo in uporabne nasvete,
- učitelju Aljažu Topoletu in učitelju Borutu Presečniku za pomoč in odgovore na nekatera vprašanja,
- vsem staršem, ki so rešili mojo anketo,
- svoji mami, ki mi je pomagala, kadarkoli sem pomoč potrebovala,
- svojemu očetu, ki mi je bil velika podpora, pomagal mi je pri vseh zastavljenih vprašanjih in pri analizi anket,
- učiteljem za podporo in razumevanje,
- prijateljem za pomoč pri predlogih vprašanj v anketi in podporo,
- trenerju Goranu Janjiću iz Judo kluba Ivo Reya za pripravljenost na intervju.

POVZETEK

V raziskovalni nalogi sem se lotila ugotavljanja predsodkov staršev do borilnih športov, in sicer s pomočjo literature in anketiranja staršev učencev od 1. do 9. razreda naše šole. Želela sem izvedeti, kakšno mnenje oziroma stališče imajo starši do borilnih športov.

Teoretični del povzema opis borilnih veščin in vsake borilne veščine posebej. Na kratko sem omenila tudi predsodke.

V osrednjem delu raziskovalne naloge sem obdelala in predstavila rezultate anketnih vprašalnikov. Opisala sem statistične metode obdelovanja podatkov. Rezultate anketnih vprašanj sem predstavila z vključitvijo grafov in preglednic za vsako vprašanje posebej. Opravila sem intervju s trenerjem juda. Raziskala sem predvsem, kakšni se zdijo staršem borilni športi in katerega izmed borilnih športov bi starši priporočili svojemu otroku.

1 UVOD

V teoretičnem delu sem opisala vsakega izmed borilnih športov posebej. Za to tematiko sem se odločila predvsem zaradi tega, ker sem iz lastnih izkušenj in primerov prijateljev ugotovila, da ima veliko staršev predsodke do borilnih športov. Veliko staršev je začudenih (predvsem mame), ko jim povemo, da punca trenira katerega od borilnih športov; nagibajo se k teoriji, da so borilni športi le za fante. Prav zaradi tega sem želela z anketnim vprašalnikom ugotoviti mnenje staršev. Predvidevala sem, da starši poznajo osnove nekaterih (vsaj osnovnih) borilnih veščin.

V teoretičnem delu bom opisala nekatere borilne športe, in sicer boks, kickboks, karate, judo, mma, aikido, tajski boks, taekwondo, ju-jitsu, krav maga, borba s palicami, capoeira, iaido, sabljanje, rokoborba, kung fu, vale tudo.

Od vseh naštetih borilnih športov sta mi najljubša boks in kickboks. Poznam kar nekaj otrok, ki trenirajo katerega od borilnih športov, mlajši trenirajo predvsem karate in judo, starejši pa večinoma boks. Sama sem približno 2 leti trenirala karate, imam pa veliko željo, da bi trenirala boks ali kickboks, saj se mi ta dva športa zdita zelo zanimiva in tudi koristna.

V Celju se izvajajo treningi boksa, kickboksa, taekwondoja, karateja in juda.

Glede na to, kar sem slišala v pogovoru z različnimi ljudmi v zadnjih letih, se mi zdi, da veliko staršev meni, da so otroci, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj nasilni, se večkrat pretepajo in imajo slabše ocene. Za otroke, ki jih sama poznam, in trenirajo katerega od borilnih športov, lahko trdim, da to ne drži.

S to raziskovalno nalogo sem želela raziskati predvsem, katere borilne športe bi starši predlagali svojemu otroku in ali imajo predsodke do borilnih športov. Zavedam pa se, da se morda nekateri starši sploh ne zavedajo, da imajo do borilnih športov predsodke. Morda jih bom s to raziskovalno nalogo spodbudila k razmišljanju o tem.

2 TEORETIČNI DEL NALOGE

2.1 BORILNI ŠPORTI

Borilne veščine/športi ali umetnosti bojevanja so sistemi urejenih metod vadbe telesa in tudi duha, z namenom učinkovitega bojevanja, tako golorokega kot tudi oboroženega. Pojem se dandanes uporablja predvsem v povezavi z golorokimi azijskimi borilnimi veščinami, čeprav v resnici zajema raznolike veščine bojevanja z vsega sveta. V osnovi lahko borilne veščine razdelimo na **goloroke**, **oborožene** in **mešane**.

Goloroke borilne veščine

Za borbo se uporabljajo različni gibi telesnih udov človekovega telesa v različnih položajih (stoje, na tleh, v skoku). Najpogostejši gibi so:

- udarci z rokami (pest, dlan, prsti, komolec, ramena)
- udarci z nogami (stopalo, goleno, koleno)
- natančni gibi, ki omogočajo:
 - premike delov telesa (vratu, ramen, komolcev, zapestij, prstov, medenice, kolen, gležnjev, stopal) izven običajnega obsega gibanja z namenom povzročitve bolečine, izpaha, zloma;
 - metanje ali podrtje nasprotnika na tla;
 - udarjanje v posebne točke (domnevno živčne) po človeškem telesu.

Namen golorokih borilnih veščin je bil sprva pretežno dopolnilen in mnogokrat izhod v skrajni sili - vojščak brez orožja je imel z znanjem goloroke borbe večjo možnost preživeti toliko časa, dokler ni našel novega orožja, ali se dobro znajti v položaju, ko orožja ni bilo moč uporabiti.

([http: Borilne veščine - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Borilne%20ve%C5%A1%C4%87ine%20-%20Wikipedija,%20prosta%20enciklopedija%20(wikipedia.org)), pridobljeno 11. 1. 2022)

Oborožene borilne veščine

Za borbo se uporabljajo različna orožja. Ta so lahko v grobem strelna, bližinska ali mnogostranska:

- strelna orožja (prača, frača, lok, samostrel, pištole in puške različnih oblik)
- bližinska orožja (ščit, palice in krepela različnih oblik, helebarda, sekira, meči različnih oblik)
- vsestranska orožja (kamen, noži različnih oblik, kopje)

Delijo se lahko tudi na *ognjena orožja* (temelječ na smodniku in eksplozivih) in *hladna orožja* (lesena in kovinska orožja brez eksplozivnih sredstev).

Predvsem razvoj na smodniku temelječih strelnih orožij je ljudem v novejšem času izbrisal ali popačil zavedanje o obstoju mnogih veščin oborožene borbe. Nekdanje naporno in dolgotrajno urjenje z lokom, mečem ali dolgo palico, je s primerljivo enostavnejšim in hitrejšim učenjem rokovanja s smodniškim strelnim orožjem, povezanim z njegovo velikansko učinkovitostjo na bojišču, hitro izgubilo večino veljave in postalo vojaško nekonkurenčno. Tako, tudi zaradi deloma zmotne predstave o enostavnem rokovanju s pištolami in puškami, danes mnogi napačno ne štejejo veščin streljanja in rokovanja z njimi k borilnim veščinam.

([http: Borilne veščine - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Borilne%20ve%C5%A1%C4%87ine%20-%20Wikipedija,%20prosta%20enciklopedija%20(wikipedia.org)), pridobljeno 11. 1. 2022)

Mešane borilne veščine

Mnogo borilnih veščin je kombinacija tako goloroke kot oborožene borbe. Področji sta znotraj posamezne veščine lahko precej ločeni ali pa izdatno prepleteni. V preteklosti je bilo mešanih veščin malo, saj so vadbo obeh principov mnogokrat razumeli kot učenje več ločenih veščin ([http: Borilne veščine - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Borilne%20ve%C5%A1%C4%87ine%20-%20Wikipedija,%20prosta%20enciklopedija%20(wikipedia.org)), pridobljeno 11. 1. 2022).

2.2 NAMEN BORILNIH VEŠČIN

Večina borilnih veščin v preteklosti je služila predvsem učinkoviti in hitri borbi, ki se je praviloma končala s smrtjo ali različnimi stopnjami (največkrat resnih) poškodb. Ta neposrednost uporabe se je v preteklosti zmanjšala le pri nekaterih borilnih veščinah, pri večjem številu in v večjem obsegu pa šele v zadnjem stoletju in pol (telovadba, športi, olimpijske igre, samoobramba brez resnih poškodb). Neposredni načini borbe še vedno obstajajo, predvsem zaradi različnih vojaških potreb.

»Svetovne« borilne veščine **so: boks, rokoborba, mečevanje, lokostrelstvo, rokovanje s ščiti in kopji, rokovanje z noži** ([http: Borilne veščine - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Borilne%20ve%C5%A1%C4%87ine%20-%20Wikipedija,%20prosta%20enciklopedija%20(wikipedia.org)), pridobljeno 11. 1. 2022).

2.3 OPIS POSAMEZNIH BORILNIH VEŠČIN

2.3.1 BOKS

Boks je borilni šport. Ponavadi sta v ringu dva boksarja in sodnik. Kategorije pri boksu so: polmušja (do 48 kg), mušja (do 51 kg), bantamska (do 54 kg), peresna (do 57 kg), lahka (do 60 kg), polvelterska (do 64 kg), velterska (do 69 kg), srednja (do 75 kg), poltežka (do 81 kg), težka (do 91 kg) in supertežka (nad 91 kg).



Slika 1: boks

(<https://1xmatch.com/sl/boxing/>, pridobljeno 15. 2. 2022)

Najboljši slovenski bokсар je Dejan Zavec, ki je leta 2009 postal svetovni prvak v velterski kategoriji. Dvoboj se lahko konča na več načinov. Cilj bokсарjev v angleškem boksu je nasprotnika udariti tako močno, da bi bil ta izločen ali pa ga prisiliti k predaji, oziroma zmagati z večjim številom točk. Dvoboj se konča z nokavtom. O slednjem govorimo kadar eden izmed igralcev pade na tla in deset sekund negibno leži. Poznamo tudi tehnični nokavt, kadar eden izmed tekmovalcev ne more nadaljevati dvoboja in ga sodnik razglasi za poraženca. Če pa se dvoboj konča brez predaje, o zmagi odločajo točke: ob koncu tekme žirija in sodnik preštejejo pravilno izvedene udarce ter s tem bokсарjem dodelijo določeno število točk ([http: Boks - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Boks - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org))), pridobljeno 12. 1. 2022).

2.3.2 KICKBOX

Kikboks (tudi Kickboks) je kontaktni šport, v katerem se uporabljajo različne tehnike udarcev z rokami, udarcev in brc z nogami ter gibanj, podobnih kot pri standardnem boksu. Kikboks ne dovoljuje nadaljevanja borbe potem, ko eden od nasprotnikov obleži na tleh.

Practicira (uporablja) se lahko v milejši obliki t. i. fitness ali v bolj grobi obliki kikboksa na dotik. Pri full contact kikboksu so borci oblečeni v posebne hlače za kikboks, nosijo bokсarske rokavice, zahtevano obutev za tovrstne športe in ščitnik za zobe. Vsi borci, ki še niso dopolnili 18 let, morajo nositi zaščitno čelado.

Kikboks velikokrat mešamo s tajskim boksom (muay thai). Športa sta si podobna, vendar so pri tajskem boksu dovoljeni tudi udarci pod pasom in tudi zelo nevarni udarci s komolci in koleni. Zgodovina kikboksa ni znana, saj je nastal iz različnih stilov bojevanja. Pionirji so bili zagotovo Azijci, ki so se za svoj obstoj morali boriti že od samega začetka visokih civilizacij.



Slika 2: Kickbok

(<https://www.rtu.lv/en/sport/sport-lessons/lessons-description/lesson-types/sport-lesson/lady-fit-kickbox>, pridobljeno 15. 2. 2022)

Japonski kikboks

- čas: 5 rund po 3 minute
- dovoljena uporaba komolcev in kolen
- dovoljeni udarci pod pasom
- razni prijemi za glavo so bili prepovedani leta 1966

Ameriški kikboks

- dovoljeni udarci s stopalom in pestmi
- udarci s komolci in koleno so prepovedani
- borba traja približno 3-12 rund, trajajočih 2-3 minut
- Evropski kikboks
- čas: 5 rund po 3 minute
- udarci s komolci so prepovedani
- udarci s koleno so dovoljeni
- dovoljeni so udarci v glavo, medtem, ko napadalec drži nasprotnika za glavo

([http: Kikboks - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Kikboks - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022)

2.3.3 KARATE

Karaté je vzhodnoazijska borilna veščina, katere ime ima dvojno vlogo. Po eni strani gre za borilno veščino z otočja Okinava, razvito proti koncu 19. stoletja z združevanjem tradicionalnih okinavskih metod goloroke borbe. Po drugi strani pa se izraz karate danes, predvsem izven azijskega prostora, najpogosteje uporablja kot splošni izraz za veliko število modernih golorokih borilnih veščin, ki so se razvile na Japonskem od začetkov 20. stoletja dalje pod neposrednim vplivom okinavskega Karateja.

V obeh primerih pa gre za goloroko borilno veščino, ki vključuje tri večja področja:

- stave, udarce in blokade z rokami in nogami, ki predstavljajo osnove ali t. i. kihon,
- gibanje po določenih vzorcih, t. i. kate,
- nadzorovano borbo oziroma t. i. kumite.

([http: Karate - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Karate - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 3: karate

(<https://kogasport.eu/sport/karate?limit=100>, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.4 JUDO

Júdo je moderna japonska borilna veščina, ki se je razvila konec 19. stoletja (formalno ustanovljena okoli leta 1882) iz več japonskih tradicionalnih (t. i. veščine korju) oblik ju jutsuja, njen začetnik pa je Jigoro Kano. Judo je goloroka borilna veščina, ki vključuje borbo stoje in na tleh, mete, padce, vzvode, udarcev z rokami in nogami pa Judo neposredno ne vsebuje. Tako je na prvi pogled zelo podoben rokoborbi in je v osnovi ena izmed najbolj razširjenih oblik le-te.

Oseba, ki vadi oz. trenira judo, se imenuje judoist. Učenci, oblečeni v **bele uniforme**, t. i. judogije (poenostavljeno v kimone), vadijo pod vodstvom učitelja mojstra, senseija. Kraj vadbe se na Japonskem imenuje dodžo, drugje po svetu pa so to po navadi večje ali manjše splošne telovadnice. Zaradi varnosti pri padcih se vadba vrši na posebnih blazinah, t. i. tatamijih.

Beseda judo pomeni »mehka pot«, »pot prilagodljivosti«. Miselnost juda je, da *nasprotnika porazimo s preusmeritvijo njegove lastne sile* in, da se uspešno prilagajamo trenutnim pogojem.

([Judo - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](https://wikipedia.org), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 4: judo

(<https://mariborinfo.com/novica/sport/olimpijska-pravljica-se-nadaljuje-tina-trstenjak-srebrna-v-judu-na-igranh-v-toku>, pridobljeno 15. 2. 2022)

Stopnje se delijo na:

- kju - šolske oz. osnovne stopnje
- dan - mojstrske oz. nadaljevalne stopnje
- Vsaka stopnja se podeli učencu po uspešno opravljenem preizkusu znanja in se označuje z določeno barvo pasu.

Postopno se je sistem nadgradil in vključil več raznobarnih pasov in večje število mojstrskih stopenj. Različne judo organizacije po svetu so sistem prilagodili svojim potrebam, tako da ponekod nima enotne podobe glede barv pasov in števila stopenj.

Pogost je sledeči sistem:

- brez stopnje = beli pas (začetnik)
- 8. kju = rumeno-beli pas (učenec)
- 7. kju = rumeni pas (učenec)
- 6. kju = rumeno-oranžni pas (učenec)
- 5. kju = oranžni pas (učenec)
- 4. kju = oranžno-zeleni pas (učenec)
- 3. kju = zeleni pas (učenec)
- 2. kju = modri pas (učenec)
- 1. kju = rjavi pas (učenec)
- 1. dan - 5. dan = črni pas (mojster)
- 6. dan - 8. dan = rdeče-beli pas (mojster)
- 9. dan = rdeči pas (mojster)
- 10. dan = beli pas, dvojna širina (mojster)

([Judo - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Judo), pridobljeno 12. 1. 2022)

2.3.5 MMA

Mešane borilne veščine (MMA, Mixed Martial Arts) so kontakten šport, ki dovoljuje in udarce in prijeme, ter tudi borbo stoje in na tleh, izvlečenih iz različnih borilnih veščin. Različni turnirji z mešanimi slogi so se začeli pojavljati povsod po Evropi, Japonski itd. v začetku 20 stoletja.

Uradno predstavljeno kot tekmovanje z namenom najti najbolj uporabno borilno veščino za resnične borilne situacije so bili tekmovalci postavljeni drug proti drugemu z malo postavljenih pravil. Kasneje so borci vnesli več borilnih veščin v svoje sloge, medtem pa so organizatorji dodali še nekaj pravil, s katerimi so hoteli povečati varnost tekmovalcev in izboljšati popularnost tega športa, da bi ga lažje sprejeli.

([http: Mešane borilne veščine - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Mixed_Martial_Arts), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 5: MMA

(<https://www.npr.org/2020/11/20/937158506/a-face-punching-legal-battle?t=1644920987382>, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.6 AIKIDO

Aikido je defenzivna borilna veščina in predstavlja obliko *samoobrambe*. Pri aikidu sta odločilni telesna izurjenost ter sposobnost izrabe energije in moči nasprotnika. Umetnost obrambe z aikidom ni uporaba sile, pač pa upoštevanje zakona o ravnotežju, pravilno gibanje in uporaba vzvodov. S hitrimi, predvsem krožnimi gibi privedemo nasprotnika iz ravnotežja ter mu s tehniko metov in vzvodov preprečimo nadaljnji napad.

Dobesedni prevod besede Aikido je »harmonija energija pot«, lahko pa prevedemo tudi kot, »način harmonije duha«, je gendai budo — moderna Japonska borilna veščina. Ljudjem, ki trenirajo aikido se reče tudi aikidoka. Aikido je, v letih 1930 do 1960, razvijal Morihei Uešiba (med aikidokami znan tudi kot o-sensei. Glavni del aikida se je razvil pretežno iz Daito rju aiki-jujutsuja, japonske tehnike mečevanja. Za aikido je tudi značilno, da vsebuje pomembno duhovno komponento.

([http: Aikido - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Aikido - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 6: aikido

(<http://centersvarun.si/vadbe/aikido-allen-tx/>, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.7 TAJSKI BOKS

Tajski boks oziroma Muay Thai kot ga imenujejo Tajci, je tradicionalna borilna veščina za *samoobrambo*. Razlikuje se od tradicionalnega boksa in sicer uporabljajo se lahko tudi nožni udarci, udarci s koleno kakor tudi s komolci. Posebnost tajskega boksa je tudi klinč. Muay Thai je poznan tudi kot "Art of Eight Limbs" zaradi dveh ročnih in dveh nožnih udarcev, ter dveh udarcev s kolenom in dveh s komolcem.

Tajski boks je amaterski in profesionalni šport, borilna veščina in uporabna vrlina kot samoobramba. Tajski boks je prišel v Slovenijo pred približno štirinajstimi leti z Iztokom Vorkapičem. On je bil edini Slovenec tistega časa, ki je imel mednarodno licenco za poučevanje te borilne veščine. Tako so v Sloveniji nastali prvi klubi. Z njihovim nastankom so ustanovili tudi Slovensko zvezo tajskega boksa.

([http: Muay thai - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Muay thai - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022)

2.3.8 TAEKWONDO

Taekwondó ali tekvondó je borilna veščina, ki je bila ustanovljena leta 1955 v Južni Koreji. Šport se je takrat imenoval tae soo do, kasneje so ga preimenovali v taekwondo.

Tekvondo je ustanovil general Choi Hong Hi mojster deseti dan (1918-2002). Deli se na dve različici, ITF in WTF. Oblika ITF (International Taekwon-do Federation) je bila ustanovljena leta 1966, oblika WTF (World Taekwondo Federation) pa leta 1973 in je danes olimpijski šport.

Tekvondo je v osnovnem pomenu samoobrambi namenjen neoborožen boj. Taekwondo v dobesednem prevodu pomeni: Tae - nožna tehnika, Kwon - ročna tehnika in do - umetnost ali način življenja. Sama borilna veščina je sestavljena iz tako imenovanega sparinga ali borb, form ali tehnike, samoobrambe in testa moči. Tekvondo pozna naslednje barve pasov: **beli** (označuje nosilčevo nedolžnost, saj začetnik nima predhodnega znanja tekvondoja), **rumeni** (ponazarja zemljo iz katere rastejo korenine, tako začne tudi tekvondo), **zeleni** (ponazarja rast rastlin, tekvondo napreduje), **modri** ponazarja nebo proti kateremu rastejo rastline), **rdeči** (pomeni nevarnost, učence opozarja na trening z nadzorom) in **črni** (nasprotje belega, oznanja nosilčevo temačnost in strah). Obstajajo pa tudi dijaške stopnje in sicer višji beli, višji rumeni, višji zeleni, višji modri in višji rdeči pas. ([http://Taekwon-do - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Taekwon-do - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 7: taekwondó

(<https://www.paris2024.org/en/sport/taekwondo/>, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.9 JU-JITSU

Ju jitsu je ime, ki ima danes dva pomena. Prvič pomeni veliko skupino tradicionalnih golorokih japonskih borilnih veščin, razvitih v času fevdalne Japonske. Danes te veščine označujejo tudi s skupnim imenom *korju*. Drugič pa poimenujejo z besedo »ju jitsu«
modernejšie oblike samoobrambe, razvite v 20. stoletju, z združevanjem znanj tako iz tradicionalnih oblik ju jitsuja, kot iz modernih veščin (t. i. veščine gendai budo) - predvsem juda, aikida in karateja ([http://Ju jitsu - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Ju jitsu - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022).



Slika 8: Ju jitsu

(<https://www.facebook.com/groups/62735336963/>, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.10 KRAV-MAGA

Krav Maga je *vojaška borilna veščina*, ki so jo razvili v Izraelu. Uči, kako v najkrajšem možnem času onesposobiti nasprotnika. V začetku so ga uporabljali izključno vojska, specialne enote in tajne službe (Mossad, Shabak, Aman, Yamas, CIA...), a se je sčasoma prilagodil tudi civilistom in se danes poučuje v Krav Maga šolah po vsem svetu. Je edinstvena borilna veščina, izjemno uporabna v vojnih pogojih, borbah za življenje in smrt, ter tudi kot samoobramba na ulicah. Krav Maga tehnike je mogoče zelo hitro osvojiti, zato jo trenirajo – in uporabljajo – tako moški kot ženske ([http://Krav Maga - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Krav Maga - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022).

Načelni principi Krav Maga so:

- izogni se poškodbam,
- hitro nevtraliziraj napadalca,
- hitro preidi iz obrambnih v napadalne tehnike,
- izrabi naravne telesne reflekse,
- izrabi vse kritične točke telesa in
- uporabi vse možne pripomočke.

([http://Krav Maga - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Krav Maga - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 9: Krav Maga

(<https://www.facebook.com/groups/62735336963/>, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.11 BORBA S PALICAMI

Borba s palico je vrsta borilnih veščin, za katero se za boj uporabljajo preproste, dolge, vitke, tope, ročne oziroma na splošno lesene palice. Za nekatere tehnike se lahko uporablja tudi z dežnike ali meče. Debelejše in/ali težje topo orožje, kot so palice so zunaj področja bojevanja s palico, kot tudi bolj oblikovano. Čeprav so številni sistemi obrambne bojne tehnike, namenjene uporabi, če so napadeni, medtem ko so lahko oboroženi, so bili drugi, kot so kendo, arnis in gatka, razviti kot varne metode usposabljanja za nevarno orožje. Poleg sistemov, ki so posebej namenjeni boju s palicami, ga nekatere druge discipline vključujejo, bodisi po svoje, kot v tamilski borilni veščini silambam, bodisi le kot del polivalentnega usposabljanja, vključno z drugim orožjem in/ali golo roko, kot v Keralini tradiciji kalaripayattu, kjer to leseno orožje služi kot predhodno usposabljanje pred prakso nevarnejšega kovinskega orožja ([http: Borba s palico - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://wikipedia.org), pridobljeno 12. 1. 2022).



Slika 10: Borba s palico

(https://sl.wikipedia.org/wiki/Borba_s_palico, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.12 CAPOEIRA

Capoeira je brazilska borilna veščina. Vključuje tudi elemente plesa, akrobatike, folklore in glasbe. Po navadi je izvajanje poimenovano z igro(jogo- portugalsko). Razvila se je v Braziliji v začetku 16. stoletja. Poznana je po svojih fluidnih in kompleksnih gibih, udarcih z nogo, obratih in akrobatskih tehnikah, za kar uporablja predvsem moč, hitrost in silo vzvoda. 26. novembra 2014 je UNESCO capoeiri dodelil zaščiteni status »nedotakljive kulturne dediščine«.

Večina napadov v capoeiri je izvedena z nogami, kot so neposredni udarci ali udarci z obratom in vrtenjem, podiranjem nasprotnika z udarci in prijemi spodnjega dela nog, ali udarci s koleni. Udarci s komolci, pestmi, dlanjo in druge oblike podiranja nasprotnika zaključujejo glavni seznam. Zelo pomemben protinapad je tudi udarec z glavo. Obramba temelji na načelu ne-upiranja, kar pomeni izogibanje napadu z umikanjem, namesto blokiranja. Mogoče jih je izvesti stoje ali z naslonom roke na tla.

([http: Capoeira - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Capoeira - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 11: Capoeira

(<https://www.studentska-vadba.si/vadba/capoeira/>, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.13 GOLOROKA BORBA

Goloroka borba je smrtonosni ali nesmrtonosni fizični spopad med dvema osebama ali z več osebami na kratki razdalji, ki ne vključuje uporabe strelnega orožja ali druge vrste orožja. Izraz "goloroko" temelji na neoboroženi način borbe, izraz je splošen in lahko vključuje tudi uporabo določenega orožja, ki ga lahko uporabljaš na zelo kratki razdalji, kot so npr. noži, palice, pendreki ali improvizirano orožje kot so razna orodja itd. ([http: Goloroka borba - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Goloroka borba - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022).

2.3.14 IAIDO

Iaido je japonska borilna veščina, katero povezujemo s prefinjenimi in nadzorovanimi gibi vlečenja meča iz njegove nožnice, napadom oz. rezanjem nasprotnika, odstranjevanjem krvi z rezila in vnovičnemu potisku meča v nožnico ([Iaido - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Iaido - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022).

2.3.15 SABLJANJE

Sabljanje je družina športov in dejavnosti, ki zajemajo oborožene spopade, ki vključujejo rezanje, vbadanje ali udarjanje s pomočjo hladnega orožja. Primeri orožja vključujejo: meče, nože, kopja, bajonete, kije in podobna orožja. V sodobni splošni uporabi se sabljanje po navadi nanaša na evropske šole mečevanja in moderni olimpijski šport, ki se je razvil iz njih ([http: Sabljanje - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Sabljanje - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org)), pridobljeno 12. 1. 2022).



Slika 12: sabljanje

(https://www.napovednik.com/dogodek277932_sabljanje_za_otroke, pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.16 ZABADANJE

Zabadanje se uporablja pri vseh vrstah mečev. Za razliko od zgornjih načinov tukaj ne gre za krožen, ampak za linijski udarec - vbod. Uporablja se za zadajanje smrtnih ran nasprotniku. Manjše poškodbe so možne le na redkih mestih (na primer rame), drugje navadno povzroči kritično škodo. Uporabljali so ga predvsem v vojaških razmerah, ko je bil cilj čim hitrejša smrt nasprotnika, borilo pa se je v skupinah. V obdobju lahkega enoročnega meča je vojska uporabljala krajše različice, kjer je bil vbod hitrejši. Prav zaradi vojaške rabe ter svoje smrtonosnosti je delež rabe vboda skoraj vedno prevladoval nad deležem rabe sekanja. (<https://sl.wikipedia.org/wiki/Sabljanje#Zabadanje>, pridobljeno 12. 1. 2022).

2.3.17 ROKOBORBA

Rokoborba je oblika borilne veščine, pri kateri si tekmecca brez dodatnih pripomočkov prizadevata na podlagi uporabe fizične moči, teže celotnega telesa in posebnih vzvodov ter metov pridobiti premoč drug nad drugim.

Rokoborba je ena najstarejših oblik golorokih borilnih veščin na svetu (poslikave in zapisi o rokoborbi različnih starosti se pojavljajo po vsem svetu, najstarejši pa so ocenjeni na več kot 4000 let) hkrati pa je zaradi svoje zgodovinske prisotnosti v različnih oblikah po vseh celinah t. i. »svetovna« borilna veščina.

Rokoborba se pojavlja v različnih oblikah in pod različnimi imeni. V grobem jo lahko delimo na tri kategorije:

- športna rokoborba,
- borilna rokoborba,
- gledališko - športna rokoborba.

Ta oblika zajema tekmovalno obliko rokoborbe, kjer je s pravili in točkovanjem poskrbljeno za

relativno varnost tekmovalcev. Danes najpogostejše oblike športne rokoborbe so: grško-rimski slog, prosti slog, Judo, Sumo ([http: Rokoborba - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Rokoborba - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org))), pridobljeno 12. 1. 2022).

2.3.18 KUNG FU

Kung Fu je sodobnejši izraz, ki na splošno označuje kitajske borilne veščine v vseh njihovih oblikah. Izvorni pomen besede pa je popolnoma drugačen od današnjega. »Kung fu« pomeni veliko spretnost oz. mojstrstvo v določeni veščini ali početju, ne samo v smislu borilnih veščin. Tako npr. lahko za kuharskega mojstra rečemo, da ima izreden »kung fu« v kuhinji; odličen karateist ima velik »kung fu«, itd.

Do današnje uporabe izraza je prišlo zaradi nekoliko napačnega razumevanja kitajskih izrazov s strani zahodnjakov ob prvem srečanju s kitajskimi borilnimi veščinami. Ko je pojem »kung fu«, predvsem vzporedno z vzponom kariere Brucea Leeja v ZDA, postal množično razširjen izven kitajske domovine, je kljub napačnemu pomenu v primerjavi z izvornim, vseeno po svetu pridobil splošen status sinonima za kitajske borilne veščine.

Kljub temu se ga še danes pogosto napačno razume tudi kot izraz za le eno samo obliko oz. stil kitajske borilne veščine in ne cel skupek le teh.

([http: Kung fu - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Kung fu - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org))), pridobljeno 12. 1. 2022)



Slika 13: Kung Fu

(<https://www.viator.com/en-IE/Beijing-attractions/The-Legend-of-Kung-Fu-Show/d321-a10142>), pridobljeno 15. 2. 2022)

2.3.19 VALE TUDO

Vale Tudo je slog golorokega bojevanja, kjer so dovoljeni udarci z rokami in nogami, meti, davljenje, ključi in vzvodi. Čeprav izvira Vale Tudo iz Brazilije, so se že prej ali vzporedno razvijali podobni borilni športi tudi na Japonskem, v Grčiji in Rusiji.

([http: Vale tudo - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](http://Vale tudo - Wikipedija, prosta enciklopedija (wikipedia.org))), pridobljeno 12. 1. 2022).

2.4 PREDISODKI

Predsodki pomenijo vnaprejšnje in nekritično prevzete vrednostne sodbe, ki ne temeljijo na logično in empirično utemeljenih presojah, ampak na nekritično stereotipnih, posplošenih predstavah, ki so skrajno poenostavljene in kategorične (Musek, 1994, str. 27).

Predsodek pomeni slabo mišljenje o drugih; v psihologiji ga pogosto definirajo ko vrsto stališč, ki niso upravičena, preverjena ali argumentirana (Nastran Ule, 2000, str. 163).

Borilni športi so športi, pri katerih se največkrat srečujemo s predsodki, predvsem s strani staršev. Nekaj takšnih je npr.:

- ti športi so primerni izključno za fante,
- so zelo nasilni športi,
- takšni športi v otrocih spodbujajo nasilje,
- s temi športi se ukvarjajo samo pretepači/huligani,
- otroci, ki se ukvarjajo s takšnimi športi, imajo slabe ocene v šoli,
- pri takšnih športih je velika možnost poškodb.

3 OSREDNJI DEL RAZISKOVALNE NALOGE

3.1 OPREDELITEV RAZISKOVALNEGA PROBLEMA

Z raziskovalno nalogo želim ugotoviti, kako pogosto starši vplivajo na otrokove odločitve, kolikšen vpliv imajo starši glede odločitev, vezanih na šport. Zanima me tudi, ali si otroci želijo hoditi na borilne športe, ampak si ne upajo povedati, ker imajo stroge starše.

3.2 RAZISKOVALNE HIPOTEZE

Hipoteza 1: Polovica staršev bi svojemu otroku priporočila trening borilnih športov.

Hipoteza 2: Starši bi svojemu otroku priporočili borilne športe predvsem zato, ker se jim zdi pomembno, da znajo osnove samoobrambe.

Hipoteza 3: Večina staršev meni, da so borilni športi le za fante.

Hipoteza 4: Predvidevam, da več kot polovica staršev meni, da imajo punce, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj razvit hrbet, ramena in močnejše roke.

Hipoteza 5: Predvidevam, da imajo o borilnih športih več predsodkov mamice kot očetje.

3.3 RAZISKOVALNE METODE

Uporabila sem anketni vprašalnik, ki je vseboval 14 vprašanj, vsa vprašanja so bila zaprtega tipa, pri šestih vprašanjih je bila poleg že ponujenih možnosti tudi možnost »drugo«. Vprašanja sem oblikovala po hipotezah, ki sem jih zastavila za raziskovalno nalogo. Za metodo raziskovanja sem uporabila tudi intervju, saj sem se pogovarjala z g. Goranom Janjičem, ki je trener juda v klubu Ivo Reya Celje.

3.4 POTEK RAZISKOVALNEGA DELA

V prvem delu raziskovanja sem se osredotočila na različno literaturo, ki sem jo našla na spletu in v knjigah. Po pregledu literature sem si zastavila raziskovalna vprašanja in hipoteze. Nato sem sestavila anketni vprašalnik.

Anketo so izpolnjevali starši učencev naše šole (1. do 9. razred). Anketa je narejena preko spletne strani 1KA in bila staršem poslana preko elektronske pošte. Starši so jo reševali prvi teden v januarju 2022. Ankete sem nato statistično obdelala. Anketni vprašalnik je izpolnilo 228 staršev.

3.5 PREDSTAVITEV IN UTEMELJITEV REZULTATOV

V nadaljevanju bom predstavila rezultate, pridobljene z anketnim vprašalnikom. Rezultati vsakega posameznega vprašanja so predstavljeni z grafom. Uporabila sem anketni vprašalnik, ki je naveden v prilogi. Anketiranci so anketni vprašalnik reševali največ 5 minut. V anketi je sodelovalo 228 staršev, od tega 69 % žensk in 31 % moških.

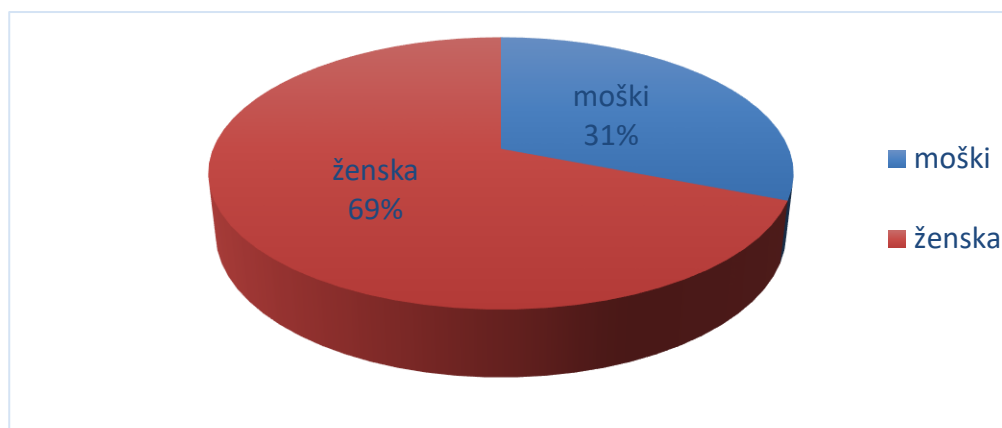
Na koncu tega dela je še zapis intervjuja s trenerjem juda.

V prvih dveh grafih so predstavljeni odgovori na prvi dve osnovni vprašanji: spol starša in spol otrok.

Tabela 1: Zastopanost anketirancev po spolu

	število	odstotek
moški	70	31 %
ženska	157	69 %
skupaj	227	100 %

Graf 1: Zastopanost anketirancev po spolu

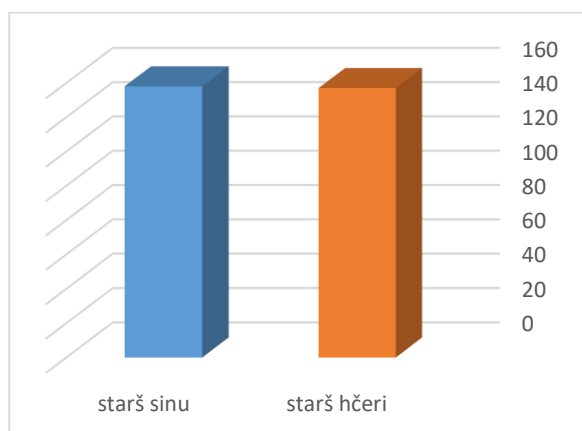


Iz grafa lahko razberemo, da je 31 % staršev, ki so rešili anketo, moškega spola, 69 % pa ženskega spola.

Tabela 2: Zastopanost anketirancev po spolu otrok

Starš sinu/hčeri	število
starš sinu	158
starš hčeri	157

Graf 2: Zastopanost anketirancev po spolu otrok

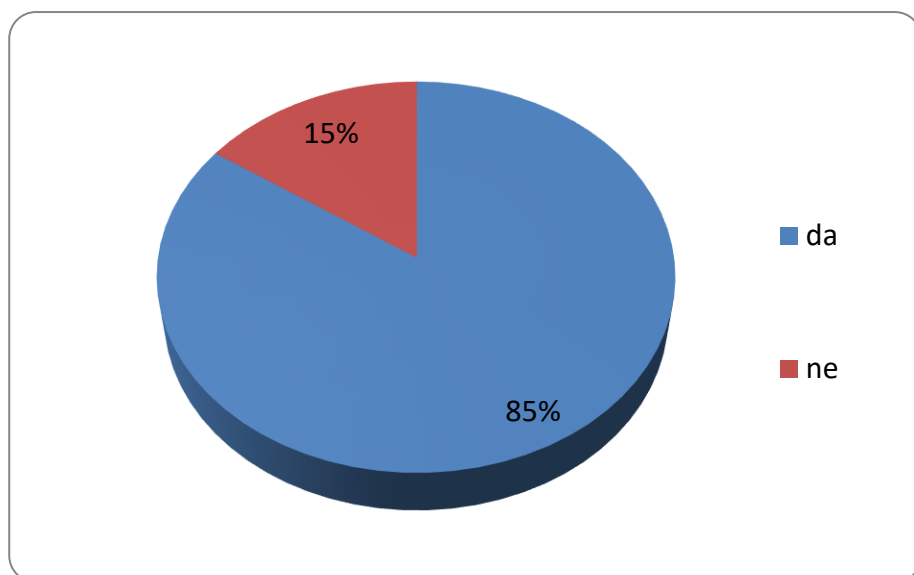


158 staršev, ki je sodelovalo v anketi, ima sina in 157 staršev ima hčer.

3. vprašanje: Ali bi svojem otroku priporočili borilni šport?

	število odgovorov	odstotek
da	193	85 %
ne	35	15 %
skupaj	228	100 %

Tabela 3: Ali bi svojem otroku priporočili borilni šport?



Graf 3: Ali bi svojem otroku priporočili borilni šport?

Iz tega grafa lahko razberemo, da bi 85 % staršev (194 staršev) priporočilo svojemu otroku borilni šport, 15% staršev (to je 34 staršev), kar predstavlja manjšino, pa borilnih športov ne bi priporočilo svojemu otroku. S tem se moja prva hipoteza ni potrdila. Predvidevala sem, da bi manj staršev priporočilo svojemu otroku borilni šport.

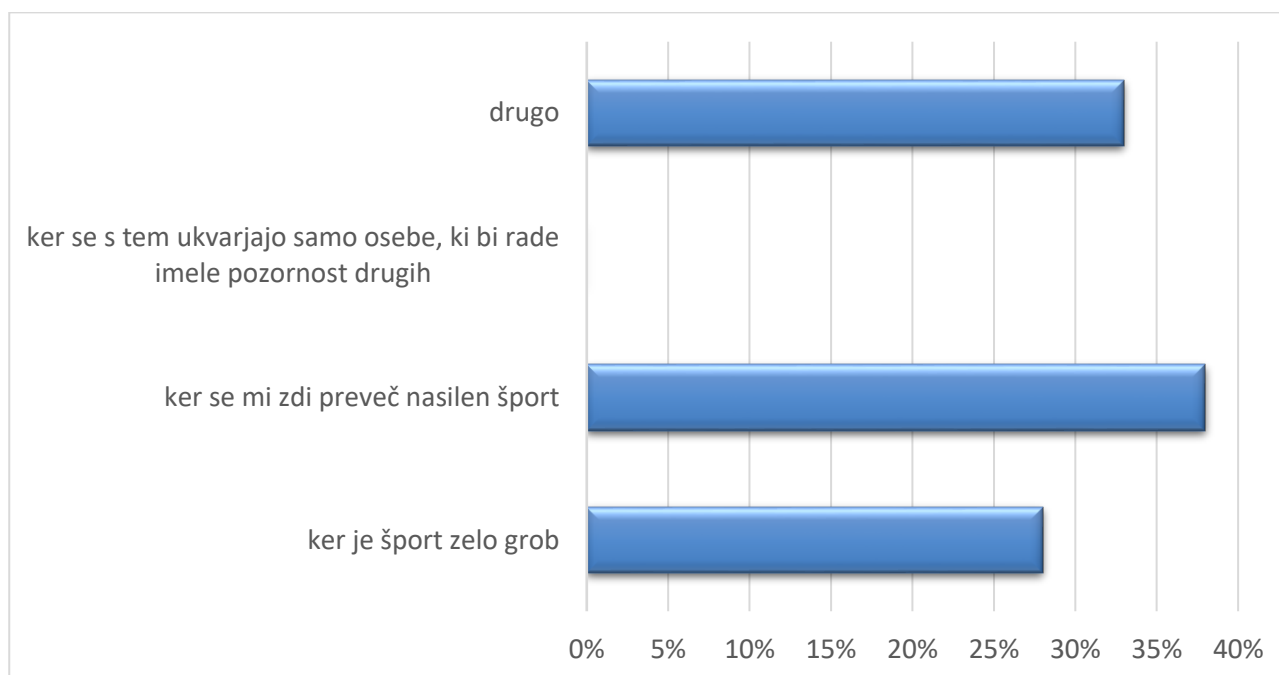
4. vprašanje: Zakaj svojemu otroku ne priporočate borilnih športov?

	število	odstotek
ker je šport zelo grob	11	28 %
ker se mi zdi preveč nasilen šport	15	38 %
ker se s tem ukvarjajo samo osebe, ki bi rade imele pozornost drugih	0	0 %
drugo	13	33 %
SKUPAJ	39	100 %

Drugi odgovori, ki so jih starši zapisali:

možnost poškodbe	1
ker so drugi športi meni bolj pri srcu, ne bi pa nasprotovala, če bi izrazila željo po tem športu	1
ne bi mu ga priporočil, ne bi pa ga od njega odvrnil, če bi se sam zanjo odločil	2
ker nima interesa za to	5
ekipni športni se mi zdijo bolj pomembni	1

Tabela 4: Zakaj svojemu otroku ne priporočate borilnih športov?



Graf 4: Zakaj svojemu otroku ne priporočate borilnih športov?

Na to vprašanje so odgovarjali starši, ki so na prejšnje vprašanje odgovorili, da svojemu otroku ne bi priporočili borilnih športov (39 staršev). V zgornjem grafu lahko razberemo, da se dobri tretjini staršev borilni šport zdi nasilen (38 %), 28 % staršev se zdi ta šport grob. Za druge odgovore se je odločilo kar 33 % staršev, zapisali so npr., da otrok nima interesa za ta šport, možnost poškodb, 2 starša svojemu otroku tega športa ne bi priporočila, a ga tudi ne bi ovirala, če bi imel otrok željo. Zdi se mi, da nekateri starši na to vprašanje niso odgovorili iskreno.

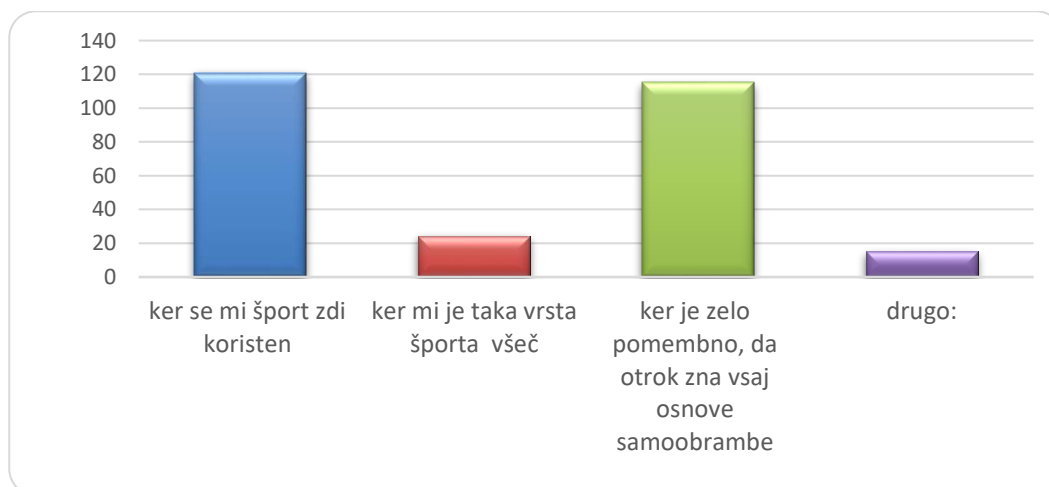
5. vprašanje: Zakaj bi svojemu otroku priporočili borilne športe?

	število odgovorov	odstotek
ker se mi šport zdi koristen	121	53 %
ker mi je taka vrsta športa všeč	24	11 %
ker je zelo pomembno, da otrok zna vsaj osnove samoobrambe	115	51 %
drugo	15	7 %
SKUPAJ	227	100 %

Drugi odgovori, ki so jih starši zapisali:

spoštovanje avtoritete	1
če ima željo	1
ker bo gradilo njegovo samozavest	1
ker je dobro za motoriko in učenje padanja	2
otrok že trenira borilne veščine (judo)	1
ker izboljša koordinacijo rok in nog	1
v tem športu se mladi naučijo samodiscipline in samoobvladovanja	7

Tabela 5: Zakaj bi svojemu otroku priporočili borilne športe?



Graf 5: Zakaj bi svojemu otroku priporočili borilne športe?

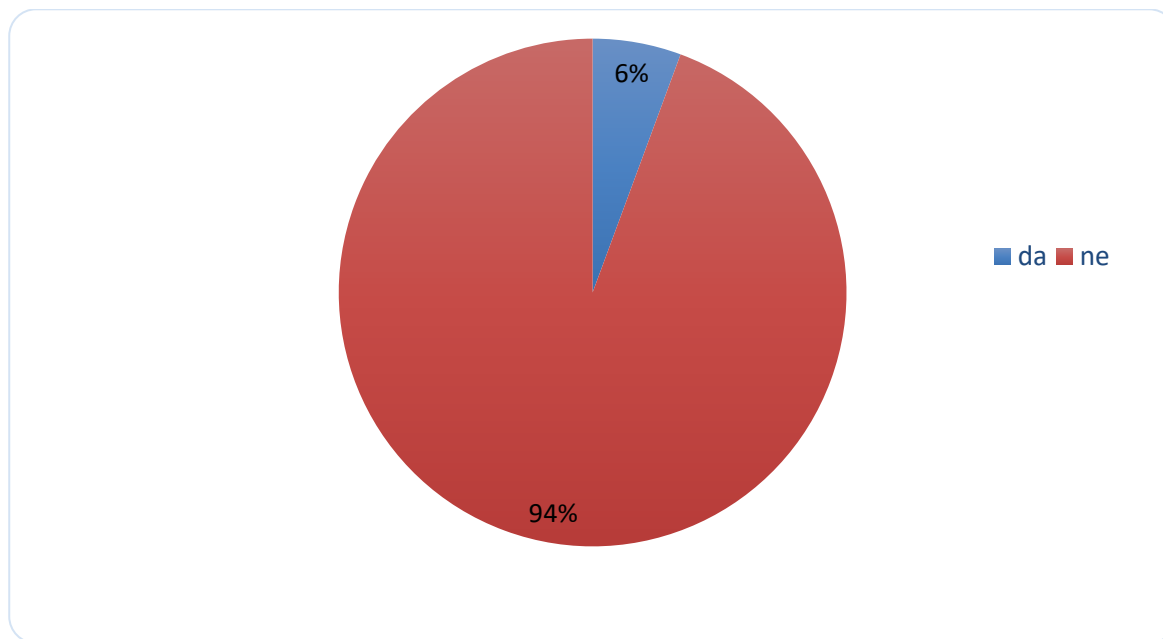
Na to vprašanje so odgovarjali starši, ki so na prejšnje vprašanje odgovorili, da bi svojemu otroku priporočili trening borilnih športov. Pri tem odgovoru je bilo možnih več odgovorov. Iz grafa lahko razberemo, da se več kot polovici staršev zdi šport koristen (53 %), prav tako se jim zdi pomembno, da otrok zna vsaj osnove samoobrambe (51 %). Le 11 % staršem je odgovorilo, da jim je ta oblika športa všeč, kar se mi zdi malo. Sedem staršev je še zapisalo, da se mladi naučijo samodiscipline in samoobvladovanja.

S tem se je moja druga hipoteza, da bi starši svojemu otroku priporočili borilne športe predvsem zato, ker se jim zdi pomembno, da znajo osnove samoobrambe, potrdila.

6. vprašanje: Ali menite, da so borilni športi le za fante?

	število	odstotek
da	12	6 %
ne	201	94 %
skupaj	213	100 %

Tabela 6: Ali menite, da so borilni športi le za fante?



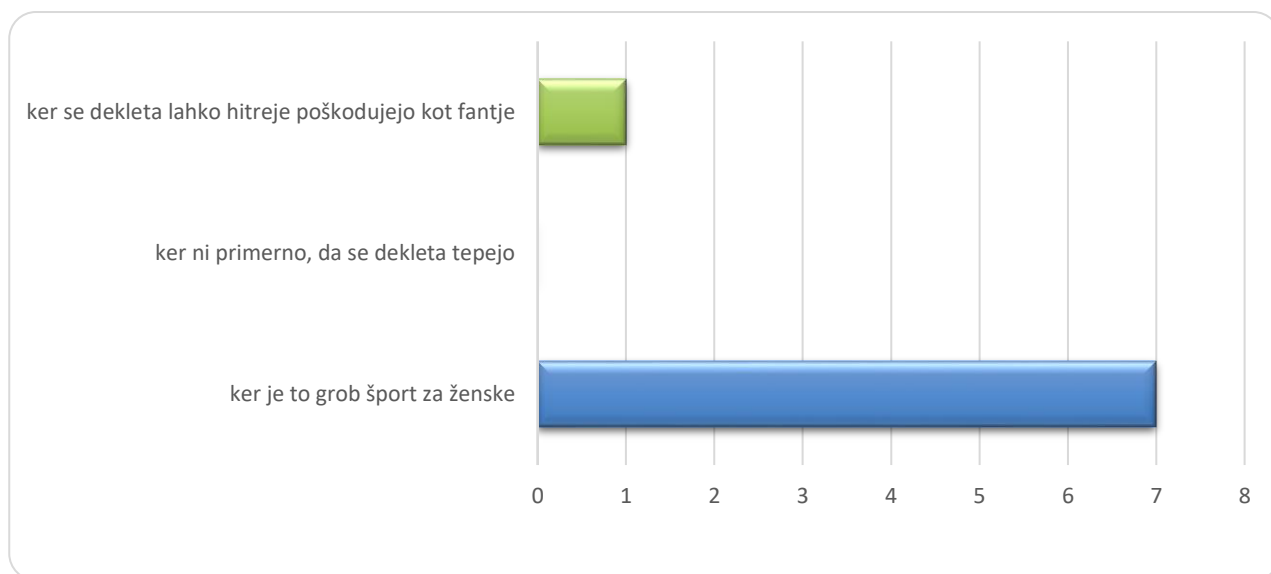
Graf 6: Ali menite, da so borilni športi le za fante?

Ugotavljam, da večina staršev (94 %, kar predstavlja 201 starša) meni, da so borilne veščine primerne za oba spola, le 6 % (kar predstavlja 12 staršev) pa se zdijo borilne veščine namenjene izključno fantom, kar je zelo nizek odstotek. Pričakovala sem, da bo rezultat ravno obraten, torej da bo večina staršev mnenja, da so borilni športi namenjeni predvsem fantom. S tem sem mojo tretjo hipotezo, ki pravi, da večina staršev meni, da so borilni športi le za fante, ovrgla.

7. vprašanje: Zakaj menite, da so borilni športi le za fante?

	število	odstotek
ker je to grob šport za ženske	7	86 %
ker ni primerno, da se dekleta tepejo	0	0 %
ker se dekleta lahko hitreje poškodujejo kot fantje	1	14 %
drugo	0	0 %
SKUPAJ	8	100 %

Tabela 7: Zakaj menite, da so borilni športi le za fante?



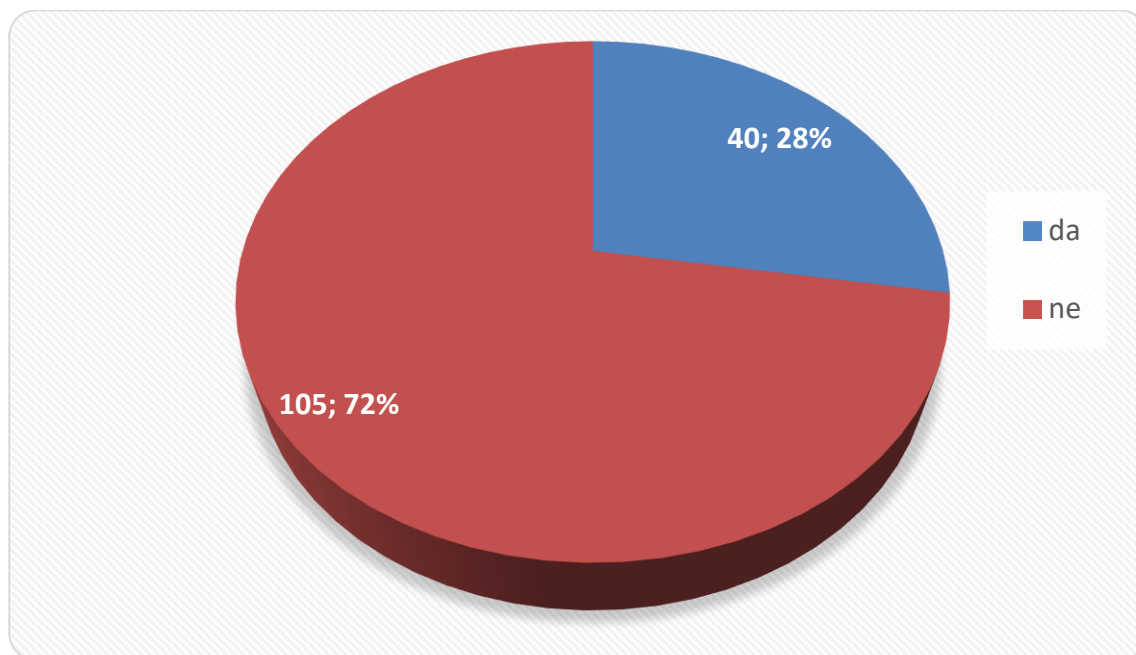
Graf 7: Zakaj menite, da so borilni športi le za fante?

To vprašanje je bilo namenjeno le staršem, ki so na vprašanje »Ali menite, da so borilni športi le za fante«, odgovorili z »da«. Odgovorilo je le 8 staršev. Možnih je bilo več odgovorov. Vsi starši, ki so odgovarjali na to vprašanje, so mnenja, da je to grob šport za ženske. Eden od staršev pa meni, da se lahko dekleta hitreje poškodujejo kot fantje. Nihče od staršev pa ni mnenja, da ni primerno, da se dekleta tepejo. Glede na nizek odstotek odgovorov na to vprašanje je težko posploševati mnenje staršev.

8. vprašanje: Ali vaš otrok že trenira katero od borilnih veščin?

	število	odstotek
da	40	28 %
ne	105	72 %
skupaj	145	100 %

Tabela 8: Ali vaš otrok že trenira katero od borilnih veščin?



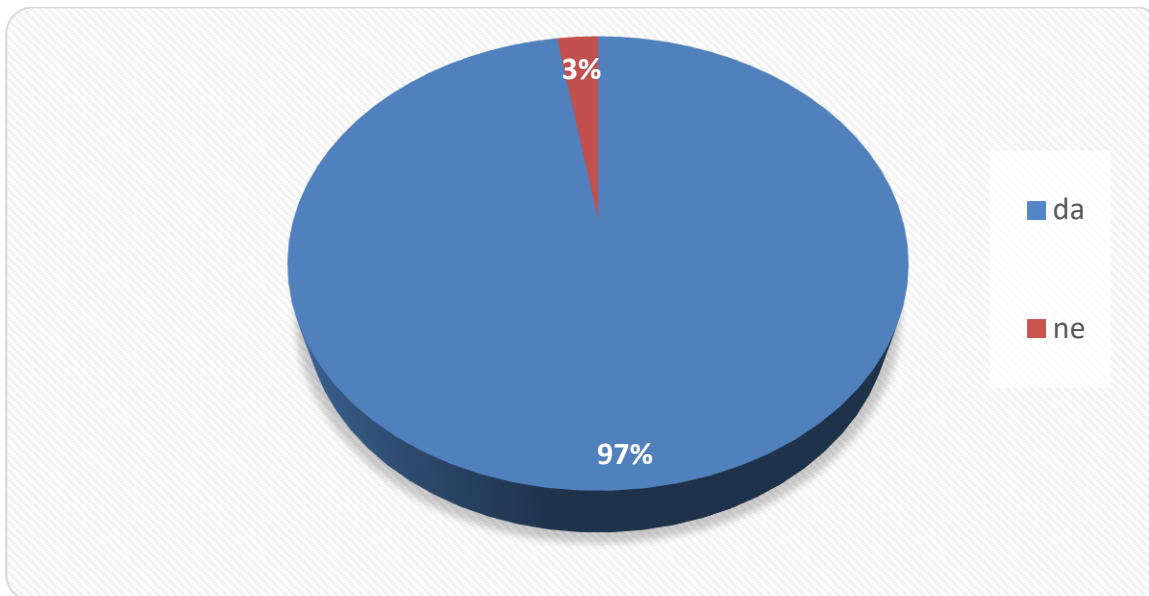
Graf 8: Ali vaš otrok že trenira katero od borilnih veščin?

Na to vprašanje je odgovorilo le 145 anketirancev. Ugotavljam, da 72 % otrok anketiranih staršev (kar predstavlja večino), ne trenira nobenega izmed borilnih športov, medtem ko 28 % otrok anketiranih staršev že trenira katerega od borilnih športov, kar je slaba tretjina. Pričakovala sem, da manj otrok trenita borilne športe.

9. vprašanje: Ali ste zadovoljni s treningi?

	število	odstotek
da	38	97 %
ne	1	3 %
Skupaj	39	100 %

Tabela 9: Ali ste zadovoljni s treningi?



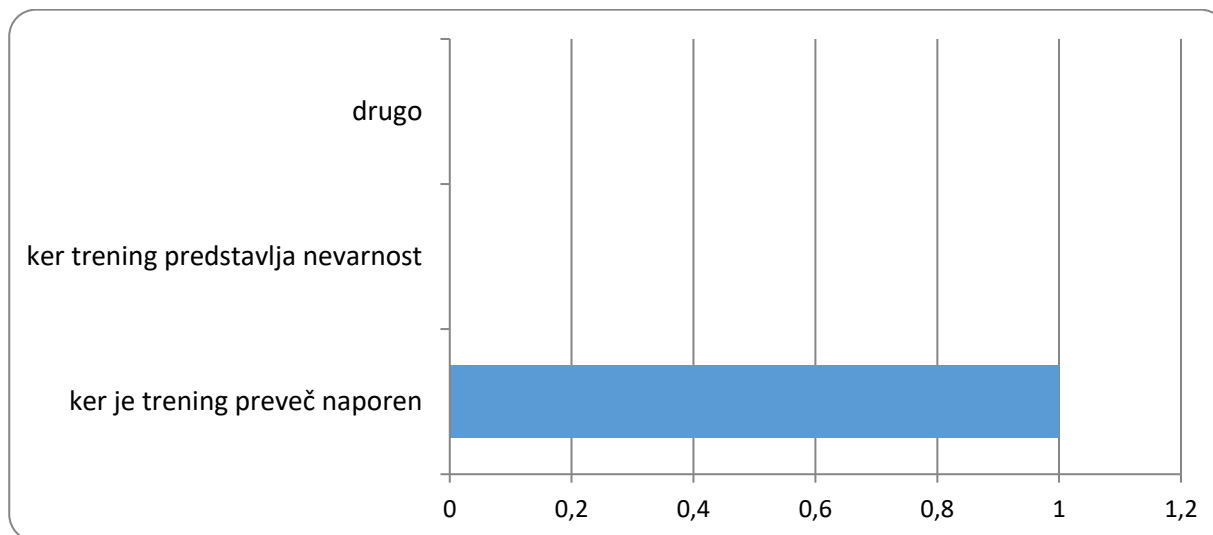
Graf 9: Ali ste zadovoljni s treningi?

Vprašanje je bilo namenjeno anketirancem, ki so odgovorili, da njihov otrok že trenira katero od borilnih športov. Ugotavljam, da je večina staršev (97 % anketiranih) zadovoljnih s treningi, samo 3 % staršev niso zadovoljni s treningi, ki jih obiskuje njihov otrok. Rezultat se mi zdi zelo spodbuden, kar pomeni, da so treningi kakovostni.

10. vprašanje: Zakaj niste zadovoljni s treningi?

	število	odstotki
ker je trening preveč naporen	1	100 %
ker trening predstavlja nevarnost	0	0 %
drugo	0	0 %
SKUPAJ	1	100 %

Tabela 10: Zakaj niste zadovoljni s treningi?



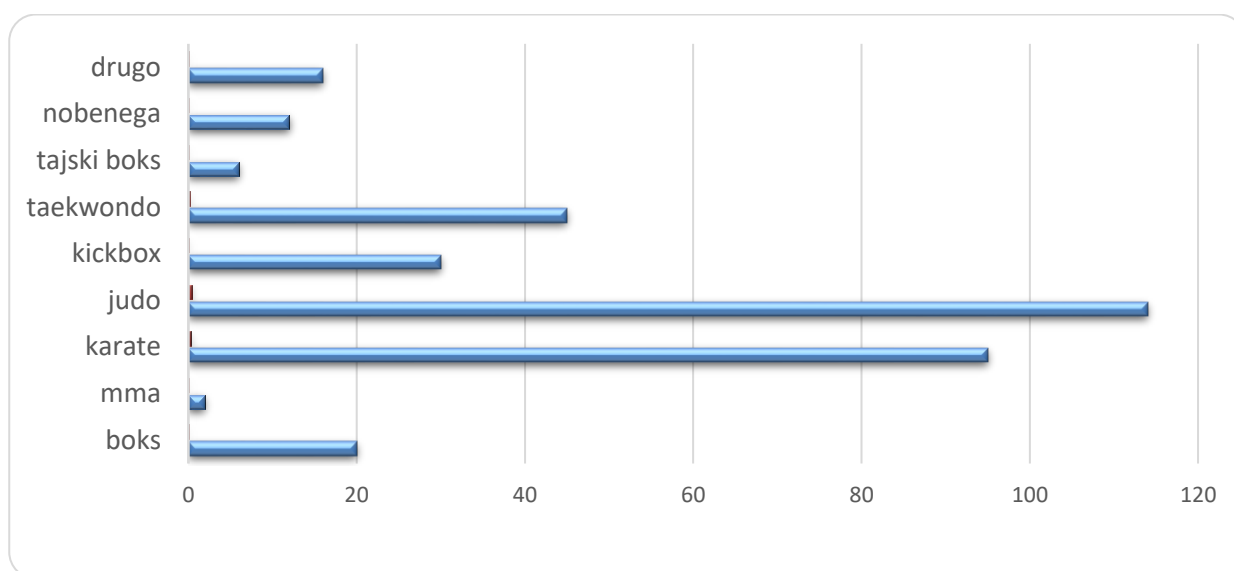
Graf 10: Zakaj niste zadovoljni s treningi?

Na to vprašanje je odgovoril le en starš, ki je mnenja, da je trening preveč naporen.

11. vprašanje: Katerega od borilnih športov bi priporočili svojemu otroku?

	število	Odgovori pod »drugo«	število
boks	20	aikido	7
mma	2	ju jitsu	3
karate	95	nobenega	3
judo	114	krav maga	1
kickbox	30	sibirska systema	1
taekwondo	45	lastna izbira	1
tajski boks	6		
nobenega	12		
drugo	16		

Tabela 11: Katerega od borilnih športov bi priporočili svojemu otroku?



Graf 11: Katerega od borilnih športov bi priporočili svojemu otroku?

Pri tem vprašanju so imeli anketiranci možnost izbire več odgovorov. Iz grafa lahko razberemo, da bi skoraj polovica staršev (114) svojemu otroku priporočila judo kot borilni šport, kar 95 staršev bi priporočila karate, približno petina staršev (45) bi priporočila taekwondo, 30 staršev bi priporočili kickbox, 20 staršev bi priporočilo boks, 16 staršev pa bi priporočilo druge borilne športe (npr. aikido, ju jitsu, krav maga, sibirska systema), 6 staršev bi priporočili tajski bok, 12 staršev pa ne bi svojemu otroku priporočilo nobene borilne veščine.

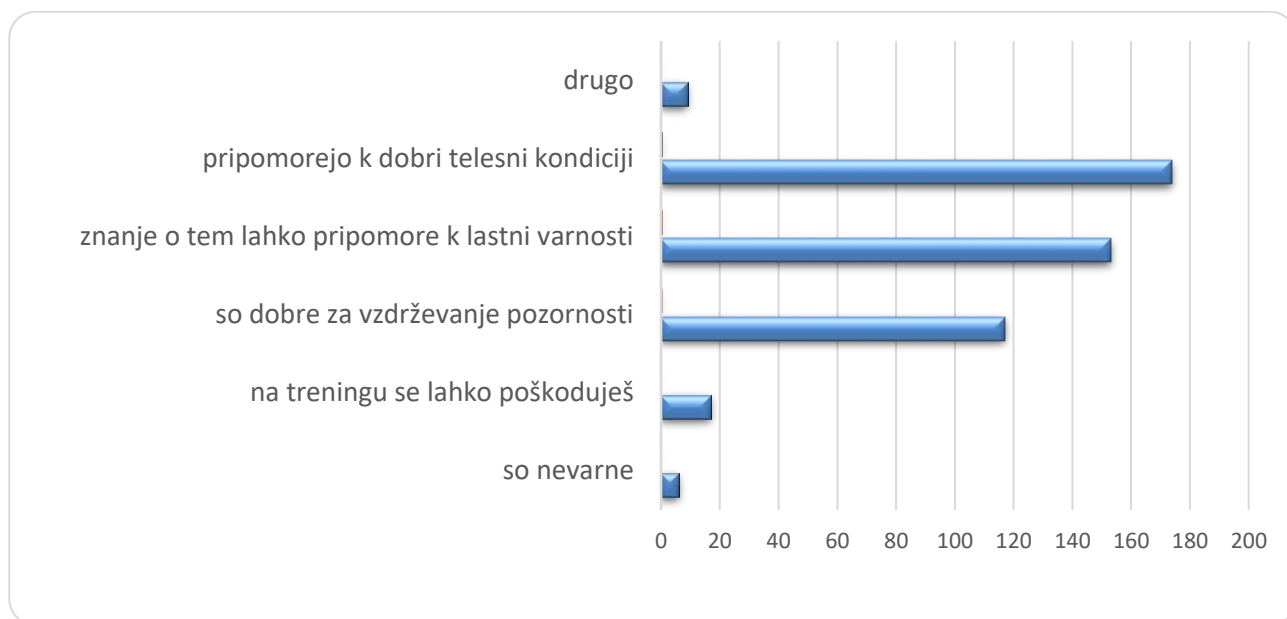
Morda vsi anketirani starši niso seznanjeni z različnimi borilnimi športi, zato se jih je največ odločilo za športa, ki sta bolj poznana, judo in karate.

12. vprašanje: Kaj menite o borilnih športih?

	število
so nevarne	6
na treningu se lahko poškoduješ	17
so dobre za vzdrževanje pozornosti	117
znanje o tem lahko pripomore k lastni varnosti	153
pripomorejo k dobri telesni kondiciji	174
drugo	9

Drugi odgovori, ki so jih starši zapisali:	število
samokontrola	1
dobro za koordinacijo gibov	2
otroka nauči discipline	2
krepi psihofizično kondicijo	1
gives good self esteem!	1

Tabela 12: Kaj menite o borilnih športih?



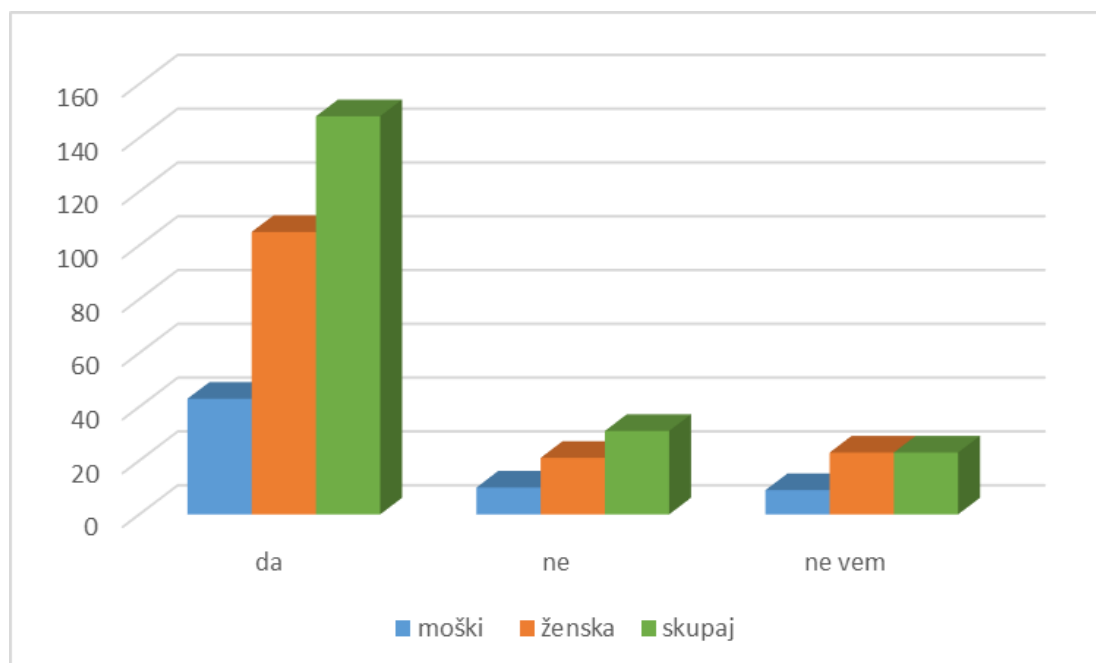
Graf 12: Kaj menite o borilnih športih?

Tudi pri tem vprašanju je bilo mogoče izbrati več odgovorov. Iz grafa lahko razberemo, da se kar 174 staršev zdi borilni šport dober za vzdrževanje kondicije, 153 staršev meni, da bi znanje o borilnih veščinah lahko pripomoglo k lastni varnosti, približno polovica staršev (117) meni, da so dobre za vzdrževanje pozornosti, le 17 staršev meni, da se na treningu lahko poškoduješ in samo 6 staršev, da so borilne veščine nevarne. Pri tem odgovoru sem pričakovala višji odstotek. Med odgovori, ki so jih starši sami zapisali, so npr., da so mnenja, da so dobri za samokontrolo, za učenje discipline, krepijo psihofizično kondicijo, ipd. Presenetilo me je, da je le 17 staršev odgovorilo, da se na treningu lahko poškoduješ. Ker so to športi, kjer se tudi boriš z drugimi, sem pričakovala višji odstotek.

13. vprašanje: Ali menite, da imajo dekleta, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj razvit hrbet, ramena in močnejše roke?

	moški	ženska	skupaj
da	43	105	148
da (%)	69,4	70,5	70,1
ne	10	21	31
ne (%)	16,1	14,1	14,7
ne vem	9	23	23
ne vem (%)	14,5	15,4	10,9
skupaj	62	149	211
skupaj (%)	29,4	70,6	100,0

Tabela 13: Ali menite, da imajo dekleta, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj razvit hrbet, ramena in močnejše roke?



Graf 13: Ali menite, da imajo dekleta, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj razvit hrbet, ramena in močnejše roke?

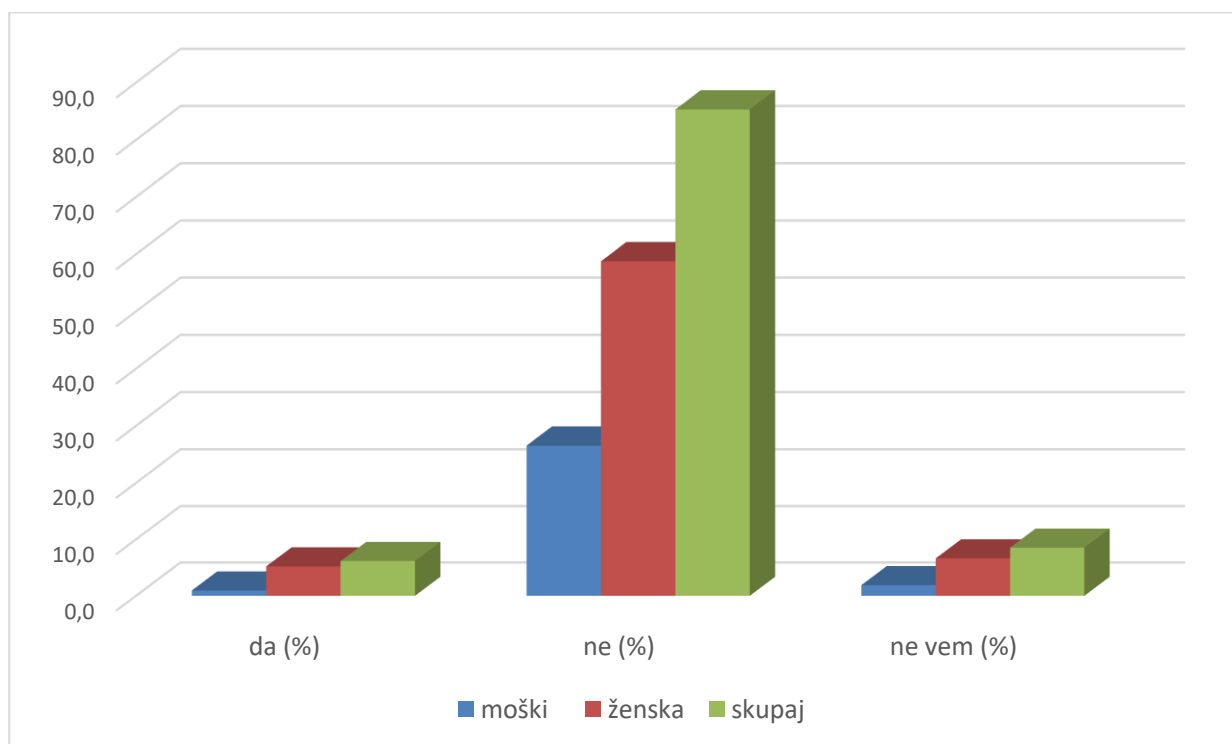
Iz tega grafa lahko razberemo da več kot dve tretjini staršev (70 %, kar je 148 staršev) meni, da imajo dekleta, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj razvit hrbet, ramena in močnejše roke. 32 staršev (15 %) se s trditvijo ne strinja, 11 % staršev ne ve, ali trditev drži. Ni zaznati razlik v odgovarjanju moških in žensk.

Moja četrta hipoteza, ki pravi, da več kot polovica staršev meni, da imajo punce, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj razvit hrbet, ramena in močnejše roke, se je potrdila.

14. vprašanje: Ali menite, da imate predsodke o borilnih veščinah?

	moški	ženska	skupaj
da	2	11	13
da (%)	0,9	5,2	6,2
ne	56	124	180
ne (%)	26,5	58,8	85,3
ne vem	4	14	18
ne vem (%)	1,9	6,6	8,5
skupaj	62	149	211
skupaj (%)	29,4	70,6	100,0

Tabela 14: Ali menite, da imate predsodke o borilnih veščinah?



Graf 14: Ali menite, da imate predsodke o borilnih veščinah?

Večina staršev (85 %, kar je 181 staršev) meni, da nimajo predsodkov o borilnih veščinah, 13 staršev (6 %) prizna, da predsodke imajo. 18 staršev (8 %) ne ve, ali imajo predsodke o borilnih veščinah.

Moja peta hipoteza, ki pravi, da imajo o borilnih športih več predsodkov mamice kot očetje, se je tako potrdila.

Pri tem vprašanju sem pričakovala, da bo veliko več mam potrdilo, da ima predsodek do borilnih veščin. Predvidevam, da pri tem odgovoru niso bili vsi odkriti in iskreni.

INTERVJU S TRENERJEM

V četrtek, 27. 1. 2022, sem opravila intervju z g. Goranom Janjićem, ki je trener juda v klubu Ivo Reya Celje.

Vprašanje: S katerimi predsodki se s strani staršev kot trener ene izmed borilnih veščin največkrat srečujete?

Odgovor: »Večina predsodkov, ki jih opažam, so s strani ženskega spola oz. mamic. Večina staršev pravi, da so to športi, s katerimi se ukvarjajo "pretepači", zato svojim otrokom ne dovolijo, da bi se ukvarjali z borilnimi športi.«

Vprašanje: Kakšni se vam zdijo otroci, ki se ukvarjajo z borilnimi športi?

Odgovor: »Otroci, ki hodijo na katero koli od borilnih veščin, imajo predvsem veliko discipline, saj je to ena izmed najpomembnejših vrlin v borilnih športih. Glede na šolska stanja moram reči, da so vsi kar solidni učenci, kar pomeni, niso sicer vsi odličnjaki, ampak vsi imajo kar dobre ocene. Za nobenega od otrok, ki pri meni trenira, še nisem slišal, da bi se na kakršenkoli fizičen način stepel ali naredil kakšen problem v šoli.«

S pomočjo pogovora s trenerjem sem dobila potrditev, da otroci, ki obiskujejo treninge borilnih športov, niso nasilni in nimajo slabih ocen.

4 ZAKLJUČEK

S to raziskovalno nalogo sem želela ugotoviti, kako starši razmišljajo in ali imajo predsodke do borilnih športov, predvsem mame. Zdi se mi, da nekateri anketirani starši na nekatera vprašanja niso odgovarjali resnično in iskreno.

Morda je pri katerem od vprašanj neskladje med številom odgovorov in številom sodelujočih staršev v anketi, ker smo ob začetku anketiranja ugotovili nepravilnosti v anketnem vprašalniku, zato ga je bilo potrebno popraviti. Medtem pa so nekateri starši že odgovarjali na anketna vprašanja.

Najbolj me je presenetil odgovor na vprašanje: "Ali menite, da imate predsodke do borilnih veščin?", saj sem dobila veliko odgovorov, da nimajo predsodkov, v primerih, ko se s kom pogovarjam o borilnih športih, pa sem dobila drugačno sliko.

Presenetil me je tudi odgovor na vprašanje: "Ali menite da so borilni športi le za fante?", saj je več kot polovica staršev odgovorila, da so to športi, primerni za oba spola. V moji okolici je večina ljudi zelo začudenih, ko slišijo, da se katera punca ukvarja z borilnimi športi.

Predvidevala sem, da bodo starši odgovorili, da imajo veliko več predsodkov do borilnih športov. Morda se nekateri starši sploh ne zavedajo, da imajo predsodke do borilnih športov.

Glede na rezultate moje raziskave sklepam, da večina staršev misli, da nimajo predsodkov do borilnih športov. Večina staršev bi priporočila svojemu otroku enega izmed borilnih športov. Menim, da veliko staršev ni dobro informiranih o različnih oblikah borilnih športov, posledično imajo nekateri predsodke o tej obliki športa.

5 VIRI IN LITERATURA

- Musek, Janek (1994): Psihološki portret Slovencev, Znanstveno publicistično središče, Ljubljana
- Nastran Ule, Mirjana (1999): Predsodki in diskriminacija, Znanstveno publicistično središče Ljubljana
- [Borilne veščine - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Boks - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Kikboks - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Karate - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Judo - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Mešane borilne veščine - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Aikido - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Muay thai - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Taekwon-do - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Ju jitsu - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Krav Maga - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Borba s palico - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Capoeira - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Goloroka borba - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Iaido - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Sabljanje - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Rokoborba - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Kung fu - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Vale tudo - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 12. 1. 2022
- [Predsodek - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), pridobljeno 5. 2. 2022

Viri slik:

- <https://1xmatch.com/sl/boxing/>, pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://www.rtu.lv/en/sport/sport-lessons/lessons-description/lesson-types/sport-lesson/lady-fit-kickbox>, pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://kogasport.eu/sport/karate?limit=100>,
- <https://mariborinfo.com/novica/sport/olimpijska-pravljica-se-nadaljuje-tina-trstenjak-srebrna-v-judu-na-igrah-v-tokiu>, pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://www.npr.org/2020/11/20/937158506/a-face-punching-legal-battle?t=1644920987382>, pridobljeno 15. 2. 2022
- <http://centersvarun.si/vadbe/aikido-allen-tx/>, pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://www.paris2024.org/en/sport/taekwondo/>, pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://www.facebook.com/groups/62735336963/>, pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://www.facebook.com/groups/62735336963/>, pridobljeno 15. 2. 2022
- https://sl.wikipedia.org/wiki/Borba_s_palico, pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://www.studentska-vadba.si/vadba/capoeira/>, pridobljeno 15. 2. 2022
- https://www.napovednik.com/dogodek277932_sabljanje_za_otroke - pridobljeno 15. 2. 2022
- <https://www.viator.com/en-IE/Beijing-attractions/The-Legend-of-Kung-Fu-Show/d321-a10142>, pridobljeno 15. 2. 20

PRILOGA: ANKETNI VPRAŠALNIK

Pozdravljeni! Sem učenka 8. razreda in delam raziskovalno nalogo o borilnih veščinah. Vljudno bi vas prosila, če bi si lahko vzeli par minut in rešili mojo anketo, ki sem jo pripravila za vas. Vnaprej se zahvaljujem vsem, ki boste rešili mojo anketo in s tem pripomogli k ugotovitvam raziskovalne naloge o mnenju staršev glede borilnih športov. Anketa je anonimna in vam bo za reševanje vzela približno 5 minut.

Q1 - Spol:

- moški
- ženska

Q2 - Ste starš (možnih je več odgovorov):

- sinu
- hčeri

Q3 - Ali bi svojemu otroku priporočili borilni šport?

- da
- ne

Če je odgovor na Q3 »ne«:

Q4 - Zakaj mu ne priporočate borilnih športov? (možnih je več odgovorov)

- ker je šport zelo grob
- ker se mi zdi preveč nasilen šport
- ker se s tem ukvarjajo samo osebe, ki bi rade imele pozornost drugih
- Drugo:

Če je odgovor na Q3 »da«:

Q5 - Zakaj bi mu priporočili borilni šport? (možnih je več odgovorov)

- ker se mi šport zdi koristen
- ker mi je taka vrsta športa všeč
- ker je zelo pomembno, da otrok zna vsaj osnove samoobrambe
- Drugo:

Q6 - Ali menite, da so borilni športi le za fante?

- da
- ne

Če je odgovor na Q6 »da«:

Q7 - Zakaj tako menite? (možnih je več odgovorov)

- ker je to grob šport za ženske
- ker ni primerno, da se dekleta tepejo
- ker se dekleta lahko hitreje poškodujejo kot fantje
- Drugo:

Q8 - Ali vaš otrok že trenira katero od borilnih veščin?

- da
- ne

Če je odgovor na Q8 »da«:

Q9 - Ali ste zadovoljni s treningi?

- da
- ne

Če je odgovor na Q9 »ne«:

Q10 - Zakaj niste zadovoljni s treningi? (možnih je več odgovorov)

- ker je trening preveč naporen
- ker trening predstavlja nevarnost
- Drugo:

Q11 - Katerega od borilnih športov bi priporočili svojemu otroku? (možnih je več odgovorov)

- boks
- mma
- karate
- judo
- kickbox
- taekwondo
- tajski boks
- nobenega
- Drugo:

Q12 - Kaj menite o borilnih veščinah? (možnih je več odgovorov)

- so nevarne
- na treningu se lahko poškoduješ
- so dobre za vzdrževanje pozornosti
- znanje o tem lahko pripomore k lastni varnosti
- pripomorejo k dobri telesni kondiciji
- Drugo:

Q13 - Ali menite, da imajo dekleta, ki se ukvarjajo z borilnimi športi, bolj razvit hrbet, ramena in močnejše roke?

- da
- ne
- ne vem

Q14 - Ali menite, da imate predsodke do borilnih veščin?

- da
- ne
- ne vem