

Osnovna šola Hudinja

Mariborska c. 125

3000 Celje



Mi in šport

**Športna aktivnost učencev tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja na
Osnovni šoli Hudinja**

Raziskovalna naloga

Avtorji:

Tara Milojević, 7. a

Miha Pečnik, 7. a

Larisa Vodišek, 7. a

Mentorica:

Lidija Ulaga, prof. razrednega pouka

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, marec 2022

Mi in šport

**Športna aktivnost učencev tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja
na Osnovni šoli Hudinja**

Raziskovalna naloga

Šifra: ŠPORTNIKI

Razred: 7.

Področje: sociologija

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, marec 2022

Osnovna šola Hudinja

Mariborska c. 125

3000 Celje

Mi in šport

**Športna aktivnost učencev tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja na
Osnovni šoli Hudinja**

Področje: sociologija

Avtorji:

Tara Milojević, 7. a

Miha Pečnik, 7. a

Larisa Vodišek, 7. a

Mentorica:

Lidija Ulaga, prof. razrednega pouka

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, marec 2022

Kazalo

1	Uvod	1
1.1	Predstavitev raziskovalnega problema	1
1.2	Hipoteze	1
1.2.1	Metoda dela z literaturo	2
1.2.2	Metoda anketiranja	2
1.2.3	Metoda obdelave podatkov in njihova interpretacija	2
2	Teoretična izhodišča	3
2.1	Kaj je šport?	3
2.2	Zgodovina športa	3
2.3	Delitev športa	5
2.3.1	Delitev športa glede na starostni vzorec	5
2.3.2	Delitev športa glede na število udeležencev	5
2.3.3	Delitev športa glede na obliko	5
2.4	Družina kot dober zgled	6
3	Osrednji del	8
3.1	Rezultati in interpretacija ankete	8
3.1.1	S katerim športom se redno ukvarjaš oziroma ga treniraš?	9
3.1.2	Kolikokrat tedensko treniraš?	10
3.1.3	Koliko časa traja trening?	11
3.1.4	Koliko časa že treniraš izbrani šport?	11
3.1.5	Kdo te je navdušil za izbrani šport?	12
3.1.6	Ali se ukvarjaš še s kakšnim neorganiziranim športom?	13
3.1.7	Če se z nobenim športom ne ukvarjaš, zakaj se ne?	14
3.1.8	Ali se tvoji starši ukvarjajo s športom?	15
4	Diskusija	16
5	Zaključek	19
6	Literatura in viri	20
6.1	Literatura	20

6.2	Viri slik.....	20
7	Priloge.....	21

Kazalo slik

Slika 1:	Starši kot dober zgled – kolesarjenje	6
Slika 2:	Starši kot dober zgled - nogomet	7

Kazalo grafov

Graf 1:	Delež anketiranih po razredih	8
Graf 2:	Spol anketirancev	9
Graf 3:	Ukvarjanje s športi	9
Graf 4:	Količina treninga na teden.....	10
Graf 6:	Trajanje treninga	11
Graf 7:	Doba treniranja.....	11
Graf 8:	Vir navdušenja za šport	12
Graf 9:	Neorganizirano ukvarjanje s športom	13
Graf 10:	Vzrok za športno neaktivnost	14
Graf 11:	Starši in ukvarjanje s športom	15
Graf 12:	Ukvarjanje s športom v odvisnosti od spola	16
Graf 13:	Šport med starši športno aktivnih učencev	17

Povzetek

Šport je fizična aktivnost, ki vpliva na naše miselne procese in čustva. Je ena izmed najboljših stvari, ki jih lahko počnemo za svoje zdravje. Tega se zavedamo tudi mi. Vsi trije smo veliki ljubitelji športa, dva ga tudi redno trenirava. Ker nam šport ogromno pomeni, smo se v letošnji raziskovalni nalogi odločili raziskati, ali kaj pomeni tudi našim sovrstnikom. Zanimalo nas je, koliko učencev se s športom redno ukvarja oziroma ga trenira. Ugotovili smo, da se od 121 anketiranih učencev 89 učencev redno oziroma aktivno ukvarja s športom. Ukvarjajo se s 14 različnimi športi. Največ učencev se ukvarja z borilnimi veščinami. Sledijo košarka in rokomet ter ples, ki je najbolj priljubljen med dekleti. Zgolj med fanti je priljubljeno še kolesarjenje, med dekleti pa odbojka. Največ učencev ima treninge trikrat na teden, njihovi treningi v povprečju trajajo eno uro. Večina učencev pri športu vztraja že zelo dolgo, več kot pet let.

Ugotovili smo, da večine učencev za ukvarjanje s športom ni navdušil nihče in so se za športno aktivnost odločili oziroma navdušili sami. Poleg športa, ki ga redno trenirajo, se z drugimi športi ne ukvarjajo. Kar nekaj anketirancev je odgovorilo, da se ne ukvarjajo z nobeno športno aktivnostjo. Kot najpogostejša vzroka so omenili pomanjkanje časa in interesa.

Kaj pa starši? So našim učencem dober zgled? Ugotovili smo, da ja, saj so tudi sami športno aktivni.

Ključne besede: šport, zdravje, trening

1 Uvod

Šport in zdravje. Besedi, ki jih zelo pogosto slišimo. Predvsem se o njiju zelo veliko govori zadnji dve leti, ko je naš vsakdanjik postal vsakdanjik s koronavirusom. Le ta je povzročil, da je naše življenje postalo odvisno od tehnologije. Razmere so nas prisilile, da smo veliko časa presedeli pred računalniki in ob tem marsikdaj pozabili na fizično aktivnost, na šport, ki ima veliko pozitivnih učinkov na posameznika. Lahko nam zapolni prosti čas, pomaga nam pri izgradnji pozitivne samopodobe, predstavlja nam upanje in pogum za življenje, pomaga nam ohranjati zdravje in videz. Skratka, razlogov za ukvarjanje s športom je ogromno.

Vseh pozitivnih lastnosti športa se zavedamo tudi mi. Že kar nekaj let se z njim ukvarjamo redno in aktivno. Kljub omejitvam zadnjih dveh let, je šport še vedno naš vsakodnevni spremljevalec, s katerim si pomagamo vzdrževati fizično in miselno kondicijo. Kaj pa naši sovrstniki? Jim je šport pomemben? Morda toliko, da ga trenirajo? To je le nekaj vprašanj na katere smo želeli odgovoriti z našo nalogo. Zavedamo se, da je bilo o športu v raziskovalnih nalogah že veliko napisanega in raziskanega, vendar nas to ni odvrnilo od ideje naše naloge, zato je šport oziroma aktivno ukvarjanje s športom, ostala tema naše raziskovalne naloge.

1.1 Predstavitev raziskovalnega problema

Zanimalo nas je, koliko učencev tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja trenira šport, kakšne športe trenirajo, kolikokrat na teden imajo trening, koliko časa trajajo treningi in koliko časa izbrani šport že trenirajo. Zanimalo nas je tudi, ali je ukvarjanje s športom pri otrocih povezano s tem, ali se s športom ukvarjajo tudi njihovi starši.

1.2 Hipoteze

Ob pričetku raziskovanja se nam je porajalo veliko vprašanj v povezavi z našo temo. Kmalu smo ugotovili, da bi raziskovanje vseh zahtevalo od nas preveč časa, zato smo se omejili le na nekaj hipotez, ki smo jih spremljali skozi izdelavo naloge.

Hipoteze so:

H₁: Med učenci tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja, ki trenirajo šport, je več fantov kot deklet.

H₂: Vsaj polovica učencev, ki se redno ukvarjajo s športom, ima treninge več kot dvakrat na teden.

H₃: Največ učencev tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja Osnovne šole Hudinja trenira košarko.

H₄: Večino učencev, ki se redno ukvarjajo s športom, so jih za le-tega navdušili starši.

H₅: Starši učencev, ki redno trenirajo, se tudi sami ukvarjajo s športom.

H₆: Večina učencev, ki se ne ukvarja z nobenim športom, kot glavni razlog navaja pomanjkanje časa.

1.2.1 Metoda dela z literaturo

Za teoretični del naše raziskovalne naloge smo najprej v knjižnici poiskali ustrezno literaturo o naši temi. Pomagali smo si s knjigami o športu in z vsem, kar je povezano z našo raziskovalno nalogo. Nekaj podatkov smo pridobili tudi z internetom.

1.2.2 Metoda anketiranja

Z metodo anketiranja smo pridobili podatke za praktični del naše raziskovalne naloge. Sestavili smo anketni vprašalnik, ki je bil sestavljen iz desetih vprašanj. Objektivnost podatkov smo zagotovili z natančnimi navodili in načinom reševanja. Anketni vprašalnik je bil anonimen. Z njim smo anketirali 138 učenek in učencev od 7. do 9. razreda naše šole.

1.2.3 Metoda obdelave podatkov in njihova interpretacija

Izpolnjene anketne vprašalnike smo pregledali in analizirali odgovore. Pridobljene podatke smo razvrstili v preglednice, s pomočjo katerih smo oblikovali grafe za našo raziskavo. Zbrane podatke smo interpretirali in podali splošne ugotovitve, s katerimi smo predpostavljene hipoteze potrdili ali ovrgli.

2 Teoretična izhodišča

2.1 Kaj je šport?

Šport je kompleksen pojav, s katerim je prepletena celotna družba. Vsakodnevno nas mediji zasipajo z različnimi informacijami, rezultati in dosežki vrhunskih športnikov in množičnimi športnimi dogodki. Vsakodnevno se rojevajo novi športi, za katere je na tržišču tudi vedno več nove športne opreme (Dadič, 2003).

Šport je fizična aktivnost, izvedena v okviru javno določenih pravil, pri kateri sodeluje ena ali več oseb, pri tem pa tekmuje proti drugim igralcem oziroma udeležencem. Glavni značilnosti športa sta različni motivi za ukvarjanje s športom in želja po doseganju dobrih rezultatov. Pri tem gre pogosto za tekmovanje s samim seboj ali proti drugemu igralcu (drugim igralcem) ali pa zgolj za soočanje z naravo (Zečevič, 2015).

Šport predstavlja velik del človekovih interesov in aktivnosti. Zanj se dostikrat odrekamo času, namenjenemu za počitek, kot sta na primer branje časopisa ali gledanje televizije. Praktično gledano lahko šport definiramo kot dejavnost z določenimi lastnostmi:

- vadba, kjer uporabljamo fizično aktivnost rekreativno in ni nujno potrebna za vsakdanje življenje,
- vadba, kjer se podrežemo določenim pravilom za neko aktivnost z željo po dosežkih (Dadič, 2003).

2.2 Zgodovina športa

Zgodovina športa je del splošne zgodovine in zajema dolgo obdobje. Stara je toliko, kot je staro človeštvo, kot je stara igra človeka. Skozi različne faze razvoja pa se je ta dejavnost spreminjala in dopolnjevala od najelementarnejših oblik telesnih vaj v praskupnosti do modernih športnih panog sodobnega športa (Šugman, 1994).

Človek je v preteklosti, že na začetku svojega obstoja, ves svoj čas namenil izključno aktivnostim za preživetje – delu, zbiranju in pridobivanju dobrin za preživetje. Tako se je telesno utrjeval in vajo povezoval z delom. Z izpopolnjenim orožjem in večjo količino hrane si

je človek večal tudi prosti čas, ki ga je že zelo zgodaj namenil igri, v kateri je posnemal svoje delo za preživljanje (metanje palice, kopja, borba z divjimi živalmi ...). Vse našteje dejavnosti so postopno vodile v gimnastiko in kasneje v šport na splošno (Šugman, 1994).

Športne dejavnosti so se že zelo zgodaj razvile na različnih delih sveta. V Franciji, Afriki in Avstraliji so odkrili veliko primerov poslikave jam, izvirajočih iz prazgodovinskih obdobj, ki prikazujejo razne rituale. Nekatere poslikave so stare tudi do 30 000 let. Čeprav za povezanost naslikanih aktivnosti s športom obstaja malo neposrednih dokazov, se zdi smiselno sklepati, da so že takrat obstajale športu podobne aktivnosti (Šugman, 1997).

V antičnih Atenah so bile športne igre pomemben gospodarski, politični in kulturni dogodek. Takšen dogodek so bile tudi olimpijske igre, ki so se prvotno odvijale v naselju Olimpija na Peloponezu. V tem času je bilo razvitih že veliko športov. Najpogostejši so bili rokoborba, boks, metanje kopja in diska ter kočijaške dirke. Vse opisano napeljuje na to, da je grška vojna kultura zelo vplivala na razvoj športa v državi in obratno (Šugman, 1997).

V srednjem veku je bila športna dejavnost bolj domena plemstva in visoke družbe in bila je vsebinsko usmerjena v lastno obrambo. Sestavljena je bila v glavnem iz veščin, ki so bile vojaškega značaja, kot so na primer sabljanje, jahanje, lokostrelstvo ... Poleg tega so gojili še druge dejavnosti, kot so ples, veslanje, ribolov in miselne igre. V tistem času je bilo moč zaslediti tudi prve športne igre, ki so močno zasidrane še v današnjem času. Ena izmed njih je tenis. Šport je tako bolj ali manj živoraril skozi stoletja vse do 18. in 19. stoletja, ko se je zgodil pravi preporod športne dejavnosti na vseh področjih (Šugman, 1997).

Na začetku 19. stoletja so se oblikovali sistemi tekmovanja in vadbe, hkrati pa je prišlo do razvoja novih športnih panog, ki so spojile plemiške in ljudske oblike športa. Ob koncu 19. stoletja je prišlo do prvih povezav športnih panog v športne organizacije. Šport je prerasel v profesionalno dejavnost, v kateri vladajo profesionalni odnosi. Namenjen je vsem, zlasti mladim, nevladajoči razred pa je v ukvarjanju s športom videl predvsem zabavo ali zaslužek. Sčasoma se je šport preoblikoval v industrijsko panogo. Industrijska revolucija in množična produkcija dobrin sta v življenje množic prinesla prosti čas. Posledica je več gledalcev in manj

elitizma v športu, kar je omogočilo njegovo večjo dostopnost. Tako se je vedno več ljudi ukvarjalo s športom (Šugman, 1997).

Ta trend se nadaljuje tudi z izumom množičnih medijev v sodobnih časih. Prevladal je profesionalizem, ki pa je le še povečal popularnost športa. S tem veliko ljudi želi posnemati idole in tako se priljubljenost in udejstvovanje pri športnih aktivnostih kaže predvsem pri mlajših, saj je danes šport najbolj priljubljena aktivnost med mladimi (Šugman, 1997).

2.3 Delitev športa

Obstaja veliko načinov delitve športa. Lahko ga razdelimo glede na starostni vzorec, glede na število udeležencev ter glede na obliko (Bizjak, 1999).

2.3.1 Delitev športa glede na starostni vzorec

Šport glede na starostni vzorec delimo na različna obdobja:

- predšolska doba (do 7. leta starosti),
- osnovnošolsko obdobje (od 7. do 15. leta starosti),
- obdobje mladinskega športa (od 15. do 20. leta starosti),
- obdobje članskega športa (od 20. do 30. leta starosti),
- obdobje srednjih let (od 30. do 40. leta starosti),
- prva doba staranja (od 40. do 60. leta starosti),
- druga doba staranja (od 60. leta starosti naprej) (Bizjak, 1999).

2.3.2 Delitev športa glede na število udeležencev

Glede na število udeležencev šport delimo na:

- individualne športe,
- športe v parih,
- skupinske športe,
- ekipni športe (Bizjak, 1999).

2.3.3 Delitev športa glede na obliko

Glede na obliko šport razdelimo na:

- športno vzgojo (predšolska, osnovnošolska, srednješolska, visokošolska),

- posebno športno vzgojo za otroke s posebnimi potrebami in za zdravstveno ogroženo mladino,
- športna rekreacija za vsa življenjska obdobja,
- tekmovalni šport in
- vrhunski šport (profesionalni športniki) (Bizjak, 1999).

2.4 Družina kot dober zgled

Družina je ena najpomembnejših form v življenju posameznika in prva družbena skupina, v kateri človek kot otrok pridobiva prve izkušnje z drugimi ljudmi. Posameznik se v družini razvija biološko, socialno, duhovno in psihološko. Starši dajejo svojim otrok zgled. Zato je nujno, da jim že v času zgodnjega otroštva vzbudijo ljubezen do gibanja ter ostale zdrave navade. Družina kot prva družbena skupina otroku nudi tudi finančno podporo in spodbudno pomaga pri izbranem športu. Vedno več staršev se zaveda, kako pomembno je gibanje za njihove otroke (Kališnik, 2021).

Če starši živijo športno, otroci posnemajo njihovo vedenje. Pravilno usmerjena in redna dejavnost za otroke in mladino je pomembna predvsem za njihovo zdravje ter boljše počutje. Dokazano je, da starši, ki so v mladosti pridobili znanja o športu in ljubezen do športa, želijo tudi pri svojih otrocih vzbuditi ljubezen do športa. Tako imajo takšni otroci prednost pred tistimi, katerih starši se nikoli niso ukvarjali s športom (Kališnik, 2021).



Slika 1: Starši kot dober zgled – kolesarjenje (Kmetič, 2021)



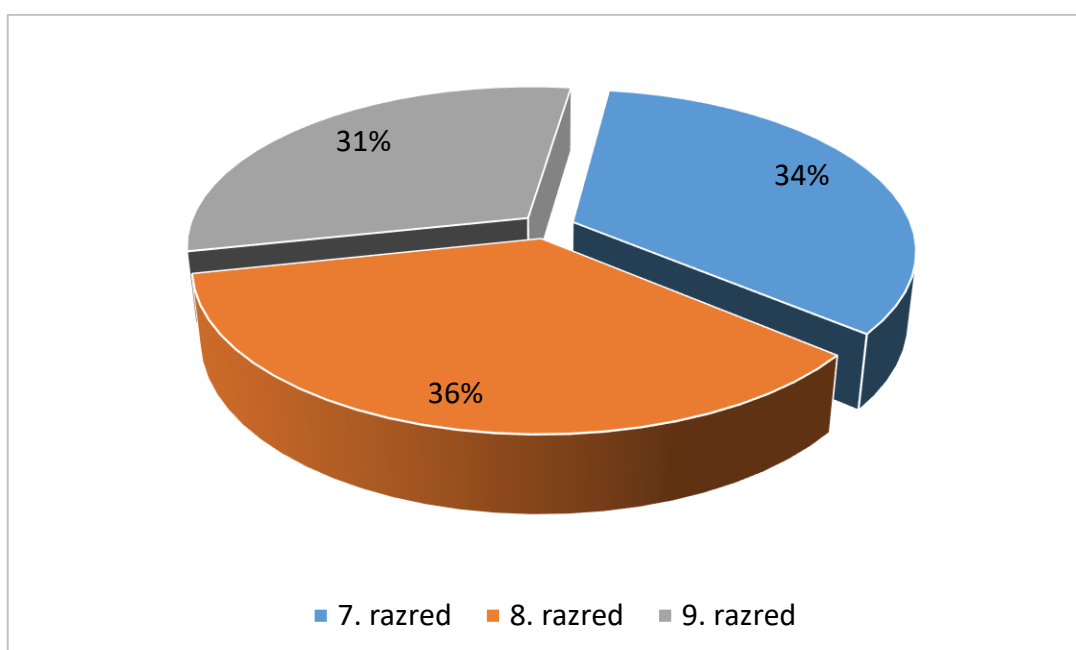
Slika 2: Starši kot dober zgled – nogomet (Aktivni.si, 2018)

3 Osrednji del

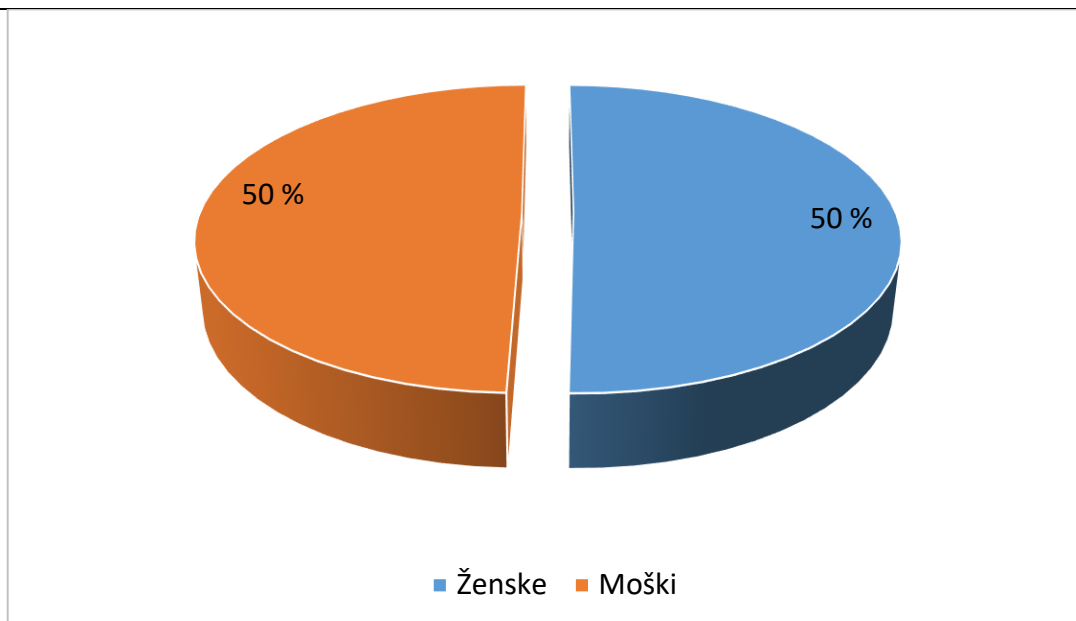
3.1 Rezultati in interpretacija ankete

Anketirali smo 138 učenk in učencev Osnovne šole Hudinja, in sicer od 7. do 9. razreda. Zaradi neustreznosti smo izločili 17 anketnih vprašalnikov.

V sedmem razredu je anketo veljavno rešilo 41 učencev (tj. 34 %), v 8. razredu 43 učencev (tj. 36 %) ter v 9. razredu 37 učencev (tj. 31 %).



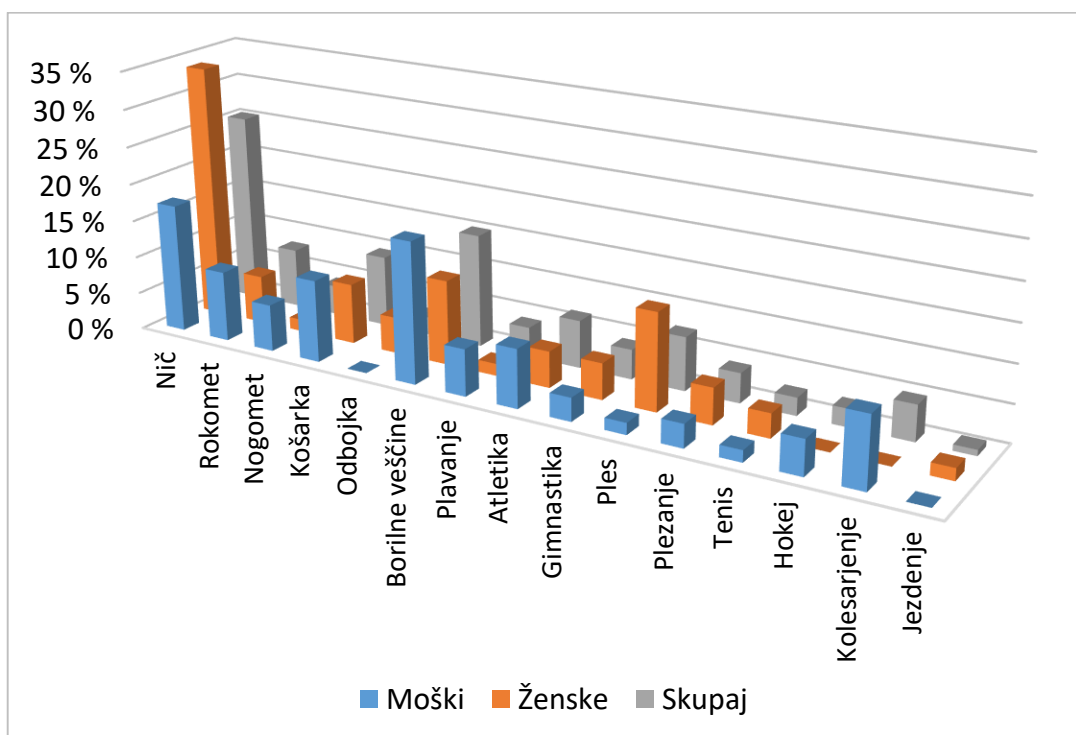
Graf 1: Delež anketiranih po razredih



Graf 2: Spol anketirancev

Anketo je veljavno rešilo 60 dečkov in 61 deklet.

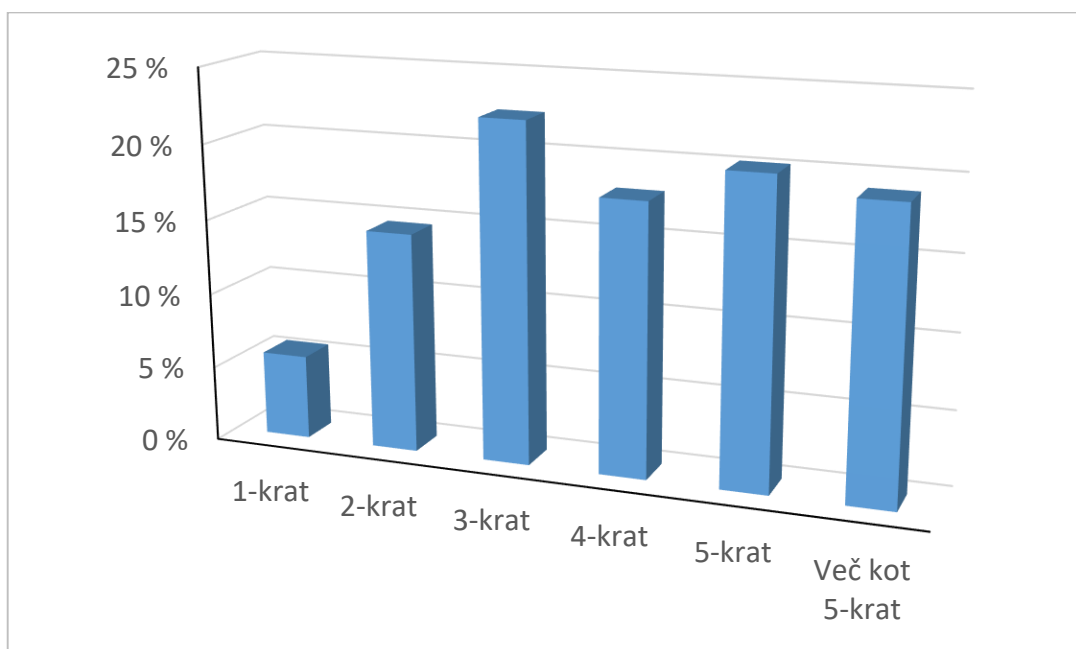
3.1.1 S katerim športom se redno ukvarjaš oziroma ga treniraš?



Graf 3: Ukvarjanje s športi

Znano je, da je ukvarjanje s športom pomembno za zdravje — ne glede na starost in vrsto športa. Iz grafa je razvidno, da se anketiranci zavedajo pomena športa, saj se od 121 anketiranih učencev 89 učencev redno oziroma aktivno ukvarja s športom. Na podlagi anket smo ugotovili, da se učenci ukvarjajo s 14 različnimi športi. Največ učencev se ukvarja z borilnimi veščinami. Sledijo košarka in rokomet ter ples, ki je najbolj priljubljen med dekleti. Zgolj med fanti je priljubljeno še kolesarjenje, pri dekletih pa odbojka. Ugotovili smo, da je naše predvidevanje, da je med našimi učenci najbolj priljubljena košarka, napačno.

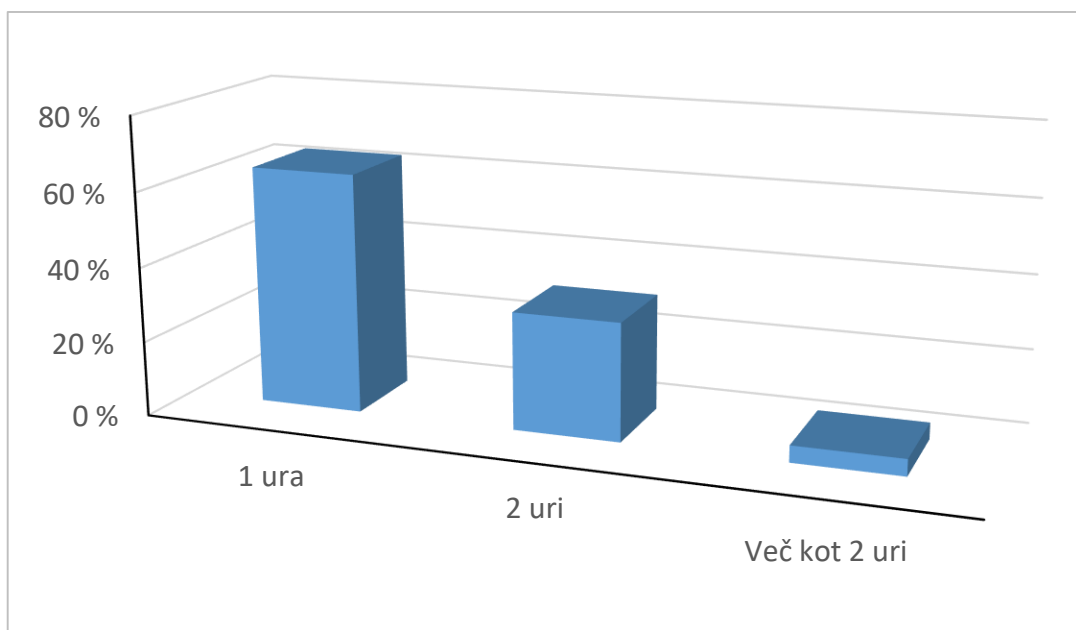
3.1.2 Kolikokrat tedensko treniraš?



Graf 4: Količina treninga na teden

Graf številka 4 prikazuje podatke o tem, kolikokrat tedensko učenke in učenci naše šole trenirajo šport. Pri tem vprašanju so imeli na voljo naslednje odgovore: enkrat na teden, dvakrat na teden, trikrat na teden, štirikrat na teden, petkrat na teden in več kot petkrat na teden. Iz grafa je razvidno, da se 6 % učencev s športom aktivno ukvarja enkrat tedensko, 15 % dvakrat tedensko, 22 % trikrat tedensko, 18 % štirikrat tedensko, 20 % petkrat tedensko in 19 % več kot petkrat tedensko.

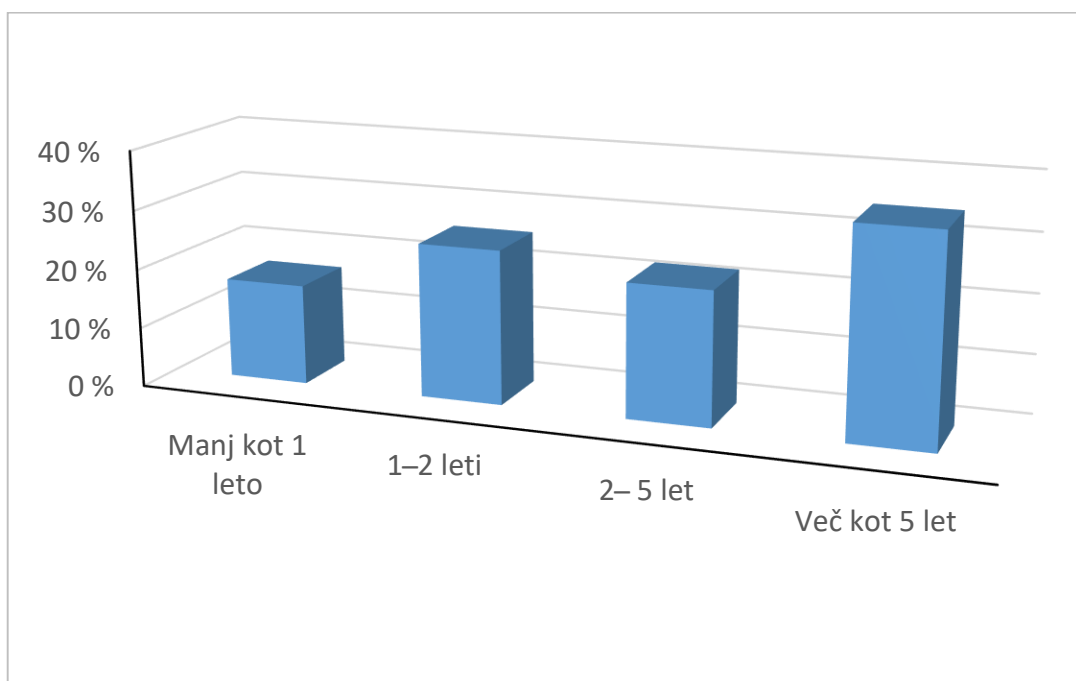
3.1.3 Koliko časa traja trening?



Graf 5: Trajanje treninga

Iz grafa je razvidno, da treningi naših učencev najpogosteje trajajo eno uro. Toliko časa je na treningu kar 64 % učencev. 31 % učencev je odgovorilo, da njihov trening traja dve uri, več kot dve uri pa je na treningu le 4 % učencev.

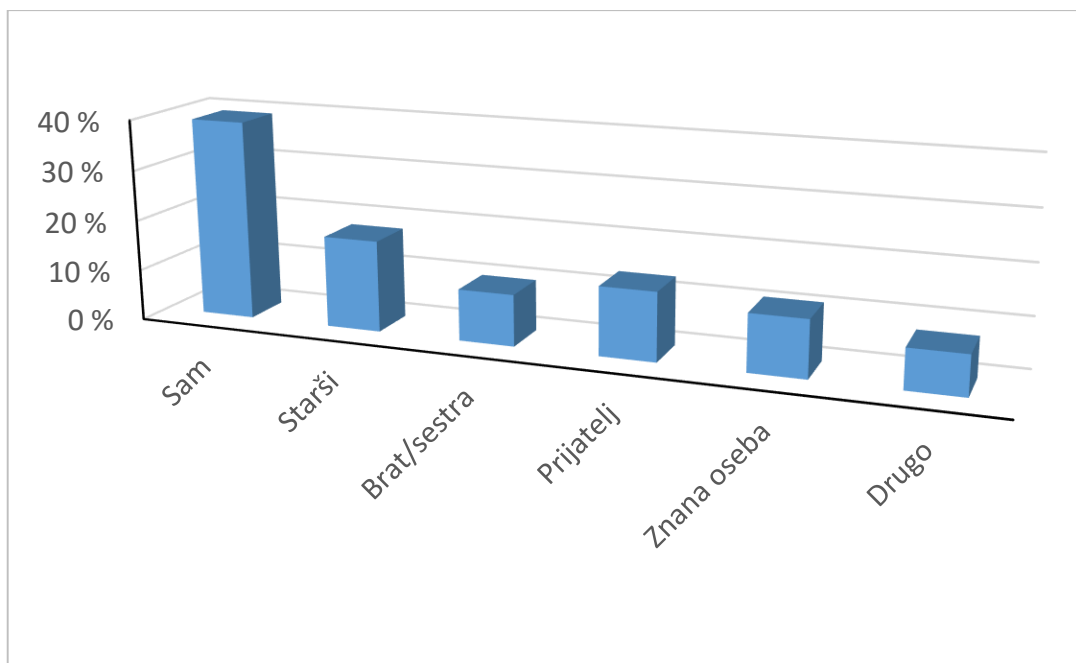
3.1.4 Koliko časa že treniraš izbrani šport?



Graf 6: Doba treniranja

Učenci naše šole so očitno zelo vztrajni. Vedo, da je za dosego rezultatov v športu potrebno vaditi in vztrajati. Tako jih kar 35 % pri izbranem športu vztraja že več kot pet let.

3.1.5 Kdo te je navdušil za izbrani šport?

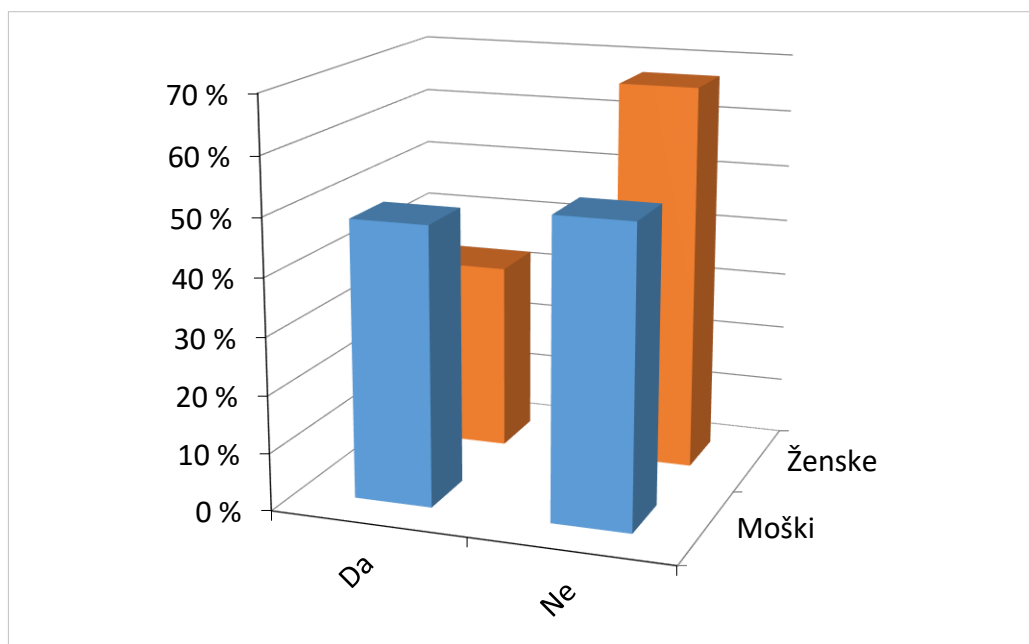


Graf 7: Vir navdušenja za šport

Zanimalo nas je, kdo je učence naše šole navdušil za šport. Ugotovili smo, da večine učencev za ukvarjanje s športom ni navdušil nihče in so se za športno aktivnost odločili oziroma navdušili sami. Takšnih učencev je kar 39 %. 18 % učencev so za šport navdušili starši, 13 % učencem pa so pri odločitvi pomagali prijatelji. 11 % učencev se je za šport navdušilo ob uspehih naših športnikov, ki s svojimi dosežki pripomorejo k promociji športa in s svojimi dosežki služijo kot zgled.

Kaj pa bratje in sestre? Nas tudi oni lahko navdušijo za šport? Seveda lahko. Vendar pa pri naših anketirancih temu ni tako. Le 10 % je prisluhnilo mnenju bratov ali sester o športu.

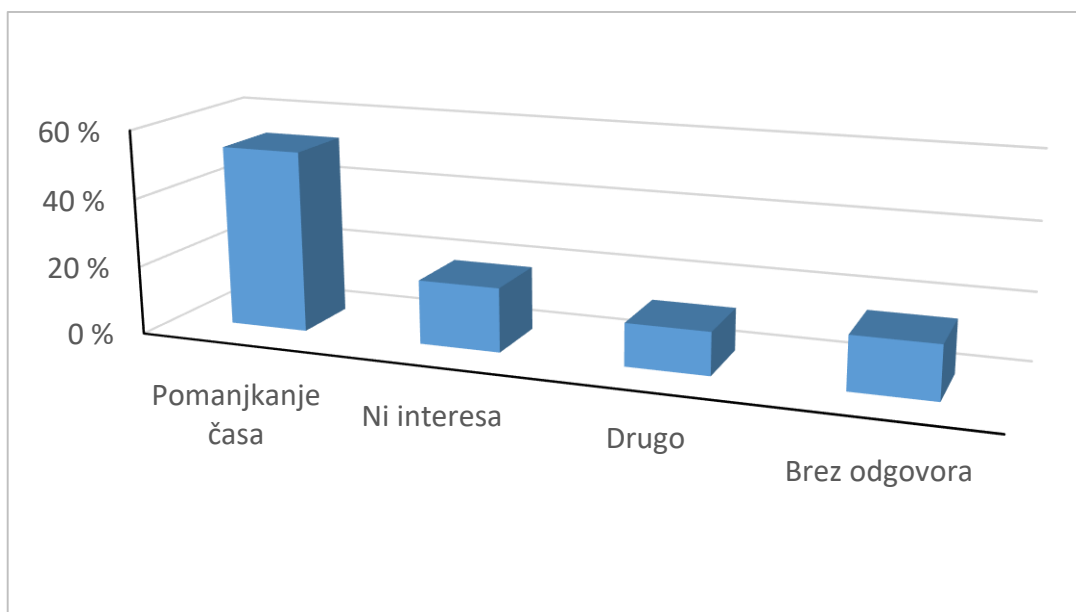
3.1.6 Ali se ukvarjaš še s kakšnim neorganiziranim športom?



Graf 8: Neorganizirano ukvarjanje s športom

Zanimalo nas je, ali se učenci Osnovne šole Hudinja, ki trenirajo kakšen šport, poleg tega o ukvarjajo še s kakšnim. Predvidevali smo, da ne, saj treningi vzamejo veliko časa in napora. Izkazalo se je, da smo predvidevali pravilno. Kar 52 % učencev in 67 % učenek je potrdilo našo domnevo, saj se poleg treningov z drugimi športi ne ukvarjajo.

3.1.7 Če se z nobenim športom ne ukvarjaš, zakaj se ne?

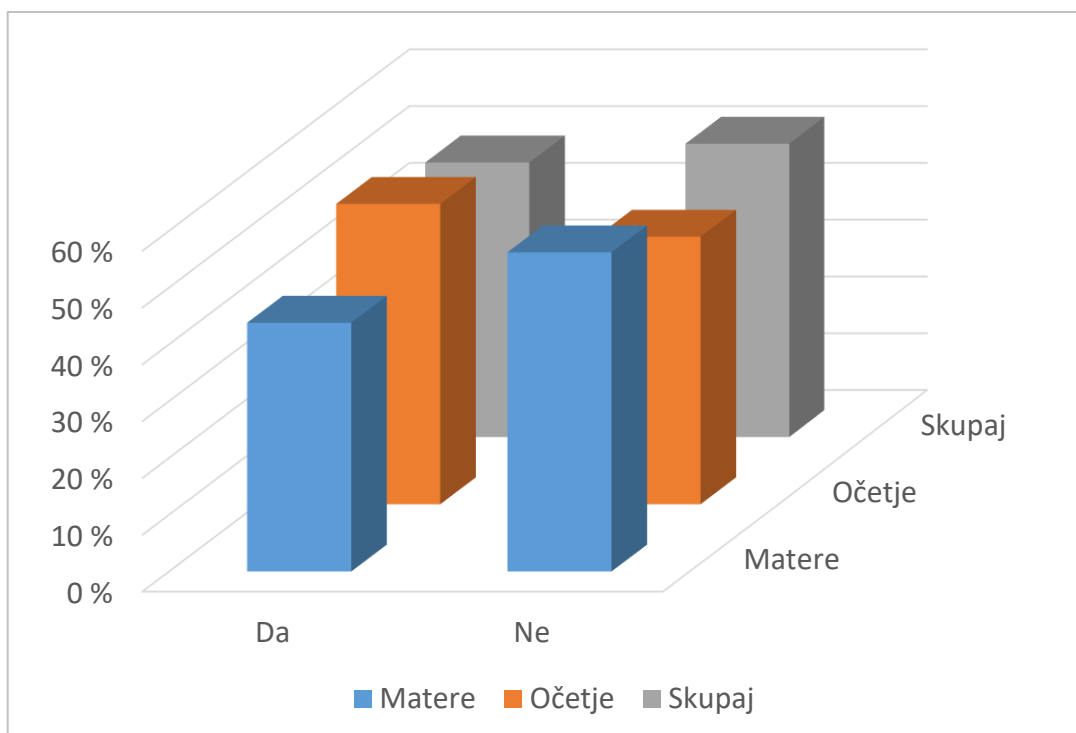


Graf 9: Vzrok za športno neaktivnost

Kot smo že omenili, ima redna telesna aktivnost veliko pozitivnih učinkov na naše zdravje in dobro počutje. Kljub vsem priporočilom, da nam pomagati ohranjati zdravje in dobro počutje, velikokrat najdemo izgovore za športno neaktivnost. Anketiranci so kot najpogostejši izgovor omenili pomanjkanje časa, drugi najpogostejši odgovor pa je bil, da za šport nimajo interesa. Kot vzroke neukvarjanja s športom so naštevili še:

- Prepozno je, da bi začel.
- Nisem športen tip človeka.
- Ne maram športa.
- Poškodbe.

3.1.8 Ali se tvoji starši ukvarjajo s športom?



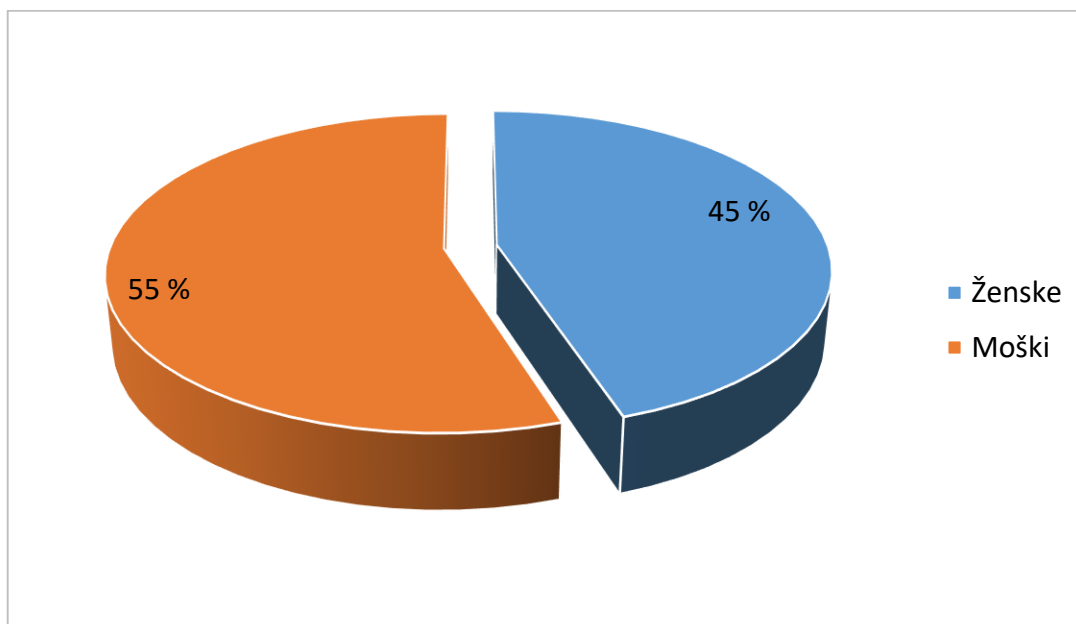
Graf 10: Starši in ukvarjanje s športom

Glede na pomembno vlogo družine lahko rečemo, da ima otrok veliko večje možnosti, da poseže po športu kot obliki življenja, če mu starši predstavljajo ustrezen model športnega delovanja, kar vpliva tudi na njegov kasnejši razvoj in življenje. Tudi starši učencev naše šole so svojim otrokom dober zgled. Kar 58 % staršev tistih učencev, ki se s športom redno in aktivno ukvarjajo, je tudi samih športno aktivnih.

4 Diskusija

S pomočjo pridobljenih podatkov smo potrdili ali ovrgli hipoteze, ki smo si jih zastavili pred začetkom raziskovanja.

H₁: Med učenci tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja, ki trenirajo šport, je več dečkov kot deklet.



Graf 11: Ukvarjanje s športom v odvisnosti od spola

Trditev, da je med učenci tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja, ki trenirajo šport, več dečkov kot deklet, lahko potrdimo. Med anketiranci je športno aktivnih 55 % učencev in 45 % učenk.

H₂: Vsaj polovica učencev, ki se redno ukvarja s športom, ima treninge več kot dvakrat na teden.

Analiza ankete potrjuje hipotezo. V anketirani populaciji je med športno aktivnimi učenci 79 % takšnih, ki trenirajo več kot dvakrat tedensko.

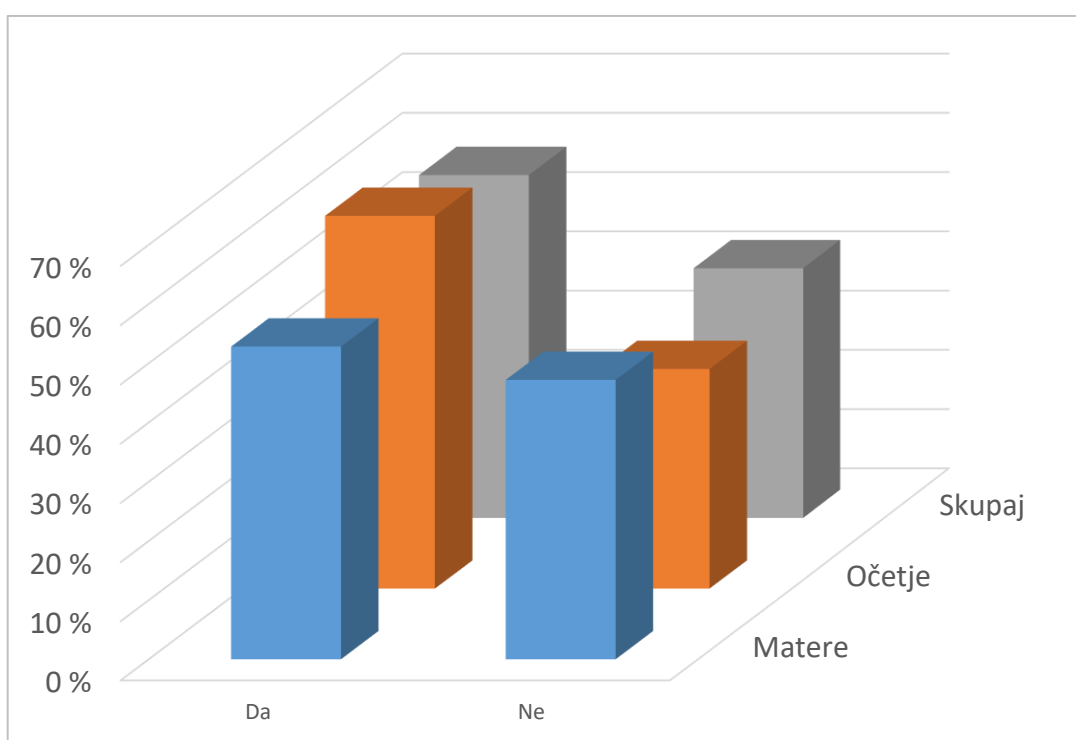
H₃: Največ učencev tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja Osnovne šole Hudinja trenira košarko.

Iz rezultatov ankete lahko zaključimo, da navedene hipoteze ne moremo potrditi. Ugotovili smo, da največ učencev anketirane populacije trenira borilne veščine.

H₄: Večino učencev, ki se redno ukvarjajo s športom, so jih za le-tega navdušili starši.

Čeprav so starši pogosto motivacija za naše odločitve, pa pri odločitvi naših anketirancev pri športu ni tako. Na podlagi odgovorov smo ugotovili, da so se za izbiro športa najpogosteje odločili sami. Tudi to hipotezo moramo ovreči.

H₅: Starši učencev, ki redno trenirajo, se tudi sami ukvarjajo s športom.



Graf 12: Šport med starši športno aktivnih učencev

Navkljub ugotovitvi, da se je večina športno aktivnih anketirancev za izbiro športa odločila sama, pa športni navdušenci izhajajo iz družin, kjer se tudi starši ukvarjajo s športom. S tem potrjujemo naša predvidevanja in zastavljeno hipotezo. Ugotavljamo pa, da je ukvarjanje s športom med očeti pogostejše kot med materami.

H₆: Večina učencev, ki se ne ukvarja z nobenim športom, kot glavni razlog navaja pomanjkanje časa.

Pomanjkanje časa je pogost pojav. Je pa tudi eden izmed razlogov, zaradi katerega se anketiranci niso odločili biti športno aktivni. Torej lahko našo hipotezo potrdimo.

5 Zaključek

Ko je človek zdrav ima tisoč želja, ko zboli, ima samo eno — da bi ozdravel. In šport je pot do zdravja. Je preventivna dejavnost pred boleznimi, hkrati pa zelo močno vpliva na vzgojo in disciplino. Uči nas, da moramo za dober rezultat dosledno in vztrajno delati. Nauči nas premagovati tako uspehe kot neuspehe, krize in težave. Je tudi zelo pomembno rehabilitacijsko sredstvo, o čemer je veliko govora zadnji dve leti, ki sta močno zaznamovani z virusom.

Šport je kompleksen pojav, s katerim je prepletena celotna družba. Kakor vse dejavnosti v življenju človeka, ima tudi šport svoj smisel in namen. Nekaterim je vir zaslužka, drugim pa razbremenitev po napornem delu. Tudi nam šport veliko pomeni. Radi hodimo na treninge. Kaj pa naši sošolci? Tudi oni uživajo ob športnih aktivnostih? Verjetno da, saj jih izmed 121 anketiranih kar 89 redno trenira kakšen šport. Pet učencev trenira celo po dva športa. Učenci se ukvarjajo s štirinajstimi različnimi športi, najbolj priljubljene so borilne veščine. Največ učencev ima treninge trikrat na teden, treningi pa trajajo najpogosteje eno uro. Večina učencev pri športu vztraja že zelo dolgo. Največ jih je omenilo, da trenirajo že več kot pet let. Za šport, ki ga trenirajo, so se navdušili sami, poleg treningov priljubljenega športa pa se z drugimi športi ne ukvarjajo.

Kaj pa učenci, ki se ne ukvarjajo z nobenim športom? Takšnih je med anketiranci 32. Najpogostejši vzrok neukvarjanja s športom so navedli pomanjkanje časa, čeprav trdimo, da je to le izgovor. Vedno se najde čas, samo znati si ga moramo vzeti.

Na koncu nas je zanimalo, ali se starši naših anketirancev tudi sami ukvarjajo s športom. Znano je namreč, da so starši zgled otrokom tako pri športu kot pri ostalih stvareh. Izkazalo se je, da so naši starši dober zgled, saj jih je večina tudi samih športno aktivnih.

6 Literatura in viri

6.1 Literatura

Bizjak, M. (1999). *Šport od mladosti k zrelosti*. Ljubljana: Karantanija.

Dadič, T. (2003). Šport kot orodje socialnega dela. *Socialno delo*, 42(2), 101–107.

Kališnik, P. (2021). *Šport mladih: pomen staršev in družine*. Ljubljana: Delo. Pridobljeno 6. 1. 2022 iz <https://www.delo.si/polet/sport-mladih-pomen-starsev-in-druzine/>.

Šugman, R. (1994). Šport skozi čas. V Rožman, M. (ur.), *Slovenski olimpizem* (str. 8–27). Ljubljana: Muzej novejšje zgodovine.

Šugman, R. (1997). *Zgodovina svetovnega in slovenskega športa*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Zečevič, L. (2015). *Šport*. Pridobljeno 13. 1. 2022 iz <http://sport7.splet.arnes.si/>.

6.2 Viri slik

Slika 1: Kmetič, P. (2021). *Odlične športne dejavnosti za vso družino*. Aleteia. Pridobljeno 29. 1. 2022 iz <https://si.aleteia.org/2021/07/31/odlicne-sportne-dejavnosti-za-vso-druzino/>.

Slika 2: Aktivni.si (2018). *Kako (p)ostati aktivna družina? 20 preprostih nasvetov*. Ljubljana: Adria Media Ljubljana, založništvo in trženje, d. o. o. Pridobljeno 29. 1. 2022 iz <https://aktivni.metropolitan.si/ostali-sporti/kako-postati-aktivna-druzina-20-preprostih-nasvetov/>.

7 Priloge

- Anketni vprašalnik
- Izjava

Priloga 1: Anketni vprašalnik

ANKETNI VPRAŠALNIK

Smo Miha Pečnik, Larisa Vodišek in Tara Milojević, učenci 7. razreda. Pripravljamo raziskovalno nalogo o športu na naši šoli. Prosimo vas, da izpolnite naslednjo anketo. Anketa je anonimna. Podatki naj bodo resnični. Že vnaprej hvala.

SPOL: M Ž RAZRED: 7. 8. 9.

1. S katerim športom se redno ukvarjaš oziroma ga treniraš?

2. Kolikokrat tedensko treniraš?

- a) Enkrat.
- b) Dvakrat.
- c) Trikrat.
- d) Štirikrat.
- e) Petkrat.
- f) Več kot petkrat.

3. Koliko časa traja trening?

- a) 1 uro.
- b) 2 uri.
- c) Več kot 2 uri.

4. Koliko časa že treniraš izbrani šport?

- a) Manj kot 1 leto.
- b) 1—2 leti.
- c) 2—5 let.
- d) Več kot 5 let.

5. Kdo te je navdušil za ta šport?

- Sam.
- Starši.
- Brat/sestra.
- Prijatelj.
- Znana oseba.
- Drugo:_____.

6. Ali se ukvarjaš še s kakšnim neorganiziranim športom?

- a) Da.
b) Ne.

7. Če se z nobenim športom ne ukvarjaš, zakaj se ne?

- a) Pomanjkanje časa.
b) Nimam interesa.
c) Drugo:_____.

8. Se tvoj oče ukvarja s kakšnim športom?

- a) Da . S katerim?: _____
- b) Ne.

9. Se tvoja mama ukvarja s kakšnim športom?

- a) Da. S katerim?: _____
- b) Ne.

Hvala za odgovore.

Priloga 2: Izjava

IZJAVA*

Mentorica Lidija Ulaga v skladu z 20. členom Pravilnika o organizaciji mladinske raziskovalne dejavnosti »Mladi za Celje« Mestne občine Celje, zagotavljam, da je v raziskovalni nalogi z naslovom Mi in šport – Športna aktivnost učencev tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja na Osnovni šoli Hudinja, katere avtorji so Tara Milojević, Miha Pečnik in Larisa Vodišek:

- besedilo v tiskani in elektronski obliki istovetno,
- pri raziskovanju uporabljeno gradivo navedeno v seznamu uporabljene literature,
- da je za objavo fotografij v nalogi pridobljeno avtorjevo dovoljenje in je hranjeno v šolskem arhivu,
- da sme Osrednja knjižnica Celje objaviti raziskovalno nalogo v polnem besedilu na knjižničnih portalih z navedbo, da je raziskovalna naloga nastala v okviru projekta Mladi za Celje,
- da je raziskovalno nalogo dovoljeno uporabiti za izobraževalne in raziskovalne namene s povzemanjem misli, idej, konceptov oziroma besedil iz naloge ob upoštevanju avtorstva in korektnem citiranju,
- da smo seznanjeni z razpisni pogoji projekta Mladi za Celje.

Celje, 8. 3. 2022

Žig šole

Podpis mentorja

Podpis odgovorne osebe

*

POJASNILO

V skladu z 20. členom Pravilnika raziskovalne dejavnosti »Mladi za Celje« Mestne občine Celje je potrebno podpisano izjavo mentorja (-ice) in odgovorne osebe šole vključiti v izvod za knjižnico, dovoljenje za objavo avtorja (-ice) fotografskega gradiva, katerega ni avtor (-ica) raziskovalne naloge, pa hrani šola v svojem arhivu.