

**Dr. Vesna Štemberger, Pedagoška fakulteta Ljubljana**

## **VLOGA RAVNATELJA PRI ZAGOTAVLJANJU KAKOVOSTI ŠPORTNE VZGOJE V PRVI IN DRUGI TRIADI OSNOVNE ŠOLE**

(objavljeno: Vodenje v vzgoji in izobraževanju, Letn. 3, št. 2 (2005), str. 35-48)

### **POVZETEK**

Športna vzgoja v prvi in drugi triadi je za otrokov razvoj nedvomno eden temeljnih šolskih predmetov. Žal raziskave kažejo, da se nekateri razredni učitelji tega premalo zavedajo in s tem (nehote) delajo našim otrokom precej škode. Področja, kjer se kaže slabše delo, so predvsem realizacija ur športne vzgoje, ustrezna osebna športna oprema razrednih učiteljev in s tem povezana varnost vadbe, načrtovanje športnovzgojnega procesa, stalno strokovno spopolnjevanje razrednih učiteljev za področje športne vzgoje ter vključenost razrednih učiteljev v delo šole na športnovzgojnem področju. Zato želimo z različnimi pristopi osvestiti razredne učitelje o pomenu gibanja za otroke, dodatno izobraziti razredne učitelje na področju športne vzgoje in jim nuditi vso potrebno podporo pri kakovostnem izvajanju športno-vzgojnega procesa. Eden od možnih pristopov pri tem je nedvomno pomoč ravnateljev, ki se lahko kaže kot npr. neposreden nadzor nad delom razrednih učiteljev ali kolegialni nadzor in pomoč.

### **1. 0 UVOD**

Današnji način življenja povzroča, da tudi otroci postajajo pretežno sedeča bitja. Mlajši otrok namreč dnevno v šoli presedi vsaj štiri ure (starejši še več), v šolo ga starši pripeljejo z avtom, prav tako gre z avtom iz šole, sedi pred televizijo, pred računalnikom, ko se uči, piše domače naloge... Kljub temu, da je gibanje ena otrokovih osnovnih potreb, pa z delovanjem staršev in šole ter tudi družbe, ki je vedno bolj potrošniško usmerjena, le ta zamira, otrok pa nadomestilo za gibanje išče v drugih dražljajih, ki trenutno zadovoljijo njegove potrebe, dolgoročno pa nimajo pozitivnega učinka na otrokovo zdravje. Razvoj mlajšega otroka in njegovo dožemanje sveta pa sta zelo celostna, zato primanjkljaj na enem področju neogibno povzroči tudi primanjkljaje na drugih. V šoli je otrok večine ustreznih gibalnih stimulusov ter pridobivanja športnih znanj deležen pri športno vzgojnem procesu, zato mora biti kakovost in količina le tega ustrezna. Ker ugotavljamo, da se predvsem v nižjih razredih osnovne šole, ko

je gibanje za otroka zelo velikega pomena, športna vzgoja ne izvaja dovolj kakovostno (včasih se sploh ne izvaja), želimo s prispevkom opozoriti na težave, ki se najpogosteje pojavljajo ter na možne rešitve, ki jih lahko ponudi oziroma izpelje tudi ravnatelj/ ravnateljica in tako posredno vpliva na dvig kakovosti športno vzgojnega procesa, s tem pa tudi na dvig kakovosti življenja otrok ter uspešnost na drugih področjih šolskega dela.

## **2. 0 POMEN KAKOVOSTNEGA ŠPORTNO – VZGOJNEGA PROCESA ZA OTROKE**

Športna vzgoja ima zelo pomembno mesto v vzgojno-izobraževalnem procesu in je tudi v učnem načrtu (Kovač, Novak, 2001) opredeljena kot »proces bogatenja znanja, razvijanja sposobnosti in lastnosti ter pomembno sredstvo za oblikovanje osebnosti in odnosov med posamezniki« (Kovač, Novak, 2001, str. 5). Zavedati se moramo, da dandanes večino dela opravimo sede in z uporabo številnih pripomočkov, ki to delo lajšajo. Pri športni vzgoji pa se mora »otrok pošteno namučiti, da opravi določene gibalne vaje« (Rajtmajer, 2000, str. 70). Otroku pa je pomembno, da se giblje, druži s sovrstniki in uživa v igri in to **ne glede na napor!** Če želimo, da bo športna vzgoja učinkovita, moramo otroke pravilno obremeniti. Prav zaradi tega (visoka obremenitev) ima prikrit kurikulum športne vzgoje velik (vzgojni) vpliv na otroke. Zato Cankar (1999, str. 23; v: Rajtmajer, 2000, str. 71) meni, da je potrebno otroke **potegniti** (in ne le prositi) v proces naporenega vadenja. Pri tem pa učitelji ne bi smeli izhajati iz lastne definicije obremenitve, ki je praviloma nižja od tega, kar otroci zmorejo in želijo. Otroci namreč ne marajo ur športne vzgoje, kjer se »nič ne dogaja«, ne marajo ur, ki so enolične, kjer učitelj ni aktivno vključen v proces športne vzgoje, ur, kjer veliko čakajo in poslušajo navodila, skratka ur športne vzgoje, ki so neustrezne. Neustrezno vodeni (a sicer ustrezni) programi pa imajo lahko negativne posledice, »ki se odražajo na različnih podsistemih psihosomatskega statusa. Kadar ne vključujejo primarnih učenčevih ciljev (ustvarjalnost, uspeh, veselje, zabava, igra) determinirajo pristope in načine dela, ki so do otroka agresivni. Te pristope pa običajno spremljajo še neprimerne tehnike učenja in metode poučevanja« (Pišot, 2000/a, str. 82). Z učnim načrtom za športno vzgojo (Kovač, Novak, 2001) pa so zastavljeni tudi cilji, ki jih moramo uresničevati, in sicer poleg že prej omenjenega pozitivnega doživljanja športa, razbremenitve in sprostitve, tudi skrb za skladen telesni in duševni razvoj ter oblikovanje pristnega, čustvenega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave in okolja kot posebne vrednote (Kovač, Novak, 2001).

Osebnost otroka se razvija kot edinstvena, nerazdružljiva celota (C. C. Cowel, A. H. Ismail, J. J. Gruber, 1976; povzeto po: Pišot, 2000/a). Socialno, emocionalno, motorično, morfološko, konativno in kognitivno področje razvoja so tesno povezani med seboj in razvoj ter s tem povezane spremembe enega, vplivajo tudi na formiranje in preobrazbo drugih. Gibalna aktivnost otroka ima v tem obdobju velik pomen, saj omogoča vključevanje vseh področij otrokovega izražanja - od motoričnega, kognitivnega, konativnega pa do čustveno-socialnega (Pišot, 2000/a).

Premajhno prisotnost ali ne dovolj kvalitetno gibalno/športno dejavnost v razvoju odraščajoče mladine v kasnejšem obdobju ni mogoče v celoti nadomestiti, saj je vpliv gibalnih stimulusov z napredovanjem otrokove rasti in zorenja vse manjši (Pišot, 2000/b; Kovač, Štihec, 1993). Pomanjkanje izkušenj in možnosti sodelovanja pri gibalni/športni aktivnosti pa lahko upočasnijo tako motorični kot intelektualni razvoj otroka (Kelly, 1985, Humphrey, 1991 v Rajtmajer, 1994).

Poleg tega pa ima športna aktivnost tudi svoj zdravstveno preventivni pomen, vendar le tedaj, ko se izvaja redno in to skozi vse življenje (Pišot, Završnik, 2001). Vedno več otrok ima namreč povečano telesno težo, kožna guba je v primerjavi z rezultati raziskav izpred desetih let povečana, otroci pa na splošno izgubljajo na splošni vzdržljivosti, ki ni pomembna le pri športni vzgoji, pač pa v vsakodnevem življenju (Strel s sod., 2004). Verjetno bi se marsikateri očitek na račun preobremenjenosti otrok izničil, če bi bili naši učenci tako vzdržljivi, kot so bili pred leti. Če želimo, da se bo otrok tudi kasneje, ko ne bo več vključen v šolski sistem, ukvarjal s športom in gojil t.i. zdrav, aktiven življenjski slog, ga moramo tega začeti učiti že v otroštvu – predvsem tudi z zgledom.

Pomanjkanje gibanja (ki je tudi posledica slabše realizacije športno vzgojnega procesa; tako količinsko kot kakovostno) se tako odraža na otrokovem celotnem psihosomatskem statusu:

- Šola in obveznosti otrok v zvezi z rednim poukom, predvsem pa kopica izvenšolskih dejavnosti, v katere se otroci vključuje (mnogokrat na željo staršev in to v neprimerno prevelikem obsegu), povzročajo, da so otroci nenehno pod stresom. Otrok, ki je dnevno obremenjen bistveno več, kot le s poukom, je nedvomno preobremenjen otrok. Namesto da bi prosti čas namenil igri (ki je v obdobju vstopa v šolo še vedno gibalnega značaja), se skozi igro razvijal in učil spretnosti, potrebnih za življenje, se razbremenil in sprostil ter zadovoljil svojo osnovno potrebo (potrebo po gibanju), počne stvari, za katere odrasli menimo, da so zanj dobre. Stres, ki so mu otroci

izpostavljeni, pa negativno vpliva na njihovo zdravje, kar se odraža kot npr. bolečine v želodcu, glavobol, povišan krvni pritisk, povišan holesterol, nespečnost, apatičnost, motnje hranjenja...

- Gibanje, gibalna igra, torej vsebine športne vzgoje (lovljenje, skrivanja, sankanje, smučanje...) pozitivno vplivajo na razvoj mišic in okostja otroka, kar je zelo pomembno za otrokov normalen razvoj. Otrok, ki bo gibalno aktiven, bo imel bolj razvito tudi muskulaturo, trdnejše kosti, kar oboje preprečuje okvare gibalnega aparata zaradi negativnih učinkov današnjega načina življenja (pretežke šolske torbe, nepravilno in prekomerno sedenje...).
- Pomanjkanje gibanja in nepravilna prehrana (količinsko in kakovostno) povzročata, da ima vedno več naših otrok prekomerno telesno težo. Debelost ima v času otrokove rasti in razvoja večkrat negativen predznak. Poleg zdravstvenih težav, ki jih prekomerna telesna teža prinaša s seboj, je za otroka le ta negativna tudi zaradi slabe (vsaj) telesne samopodobe. Še posebej so v povezavi z debelostjo in otrokovo samopodobo kritična najstniška leta. Telesno težo lahko že pri otrocih vzdržujemo z zdravo prehrano, predvsem pa z gibanjem. Na ta način otroke tudi že od malih nog navajamo na skrb za zdravje.
- Za to, da lahko otroci zdržijo vse napore, ki smo jim jih poleg šole ponavadi naložili še starši, predvsem pa, da se lahko nemoteno igrajo, morajo biti vzdržljivi. To pomeni, da mora biti njihov srčno-žilni in dihalni sistem optimalno razvit (kolikor je glede na razvojno stopnjo seveda lahko). Za razvoj vzdržljivosti so primerne predvsem dejavnosti, ki trajajo dlje časa, kot npr. tek, kolesarjenje, plavanje... V šoli bi morala biti športna vzgoja izvajana tako, da bi učenci razvijali tudi vzdržljivost (dlje časa trajajoče aktivnosti na prostem). Otrok pa s športno vzgojo, izvajano na prostem (kot tudi sicer z gibanjem na prostem) pridobiva tudi odpornost, saj se mu na ta način krepi imunski sistem. V Sloveniji je namreč razlika med najvišjo letno in najnižjo zimsko temperaturo nekje okoli 40° C. Takšne vremenske in temperaturne spremembe pa lahko brez pogostih prehladov in bolezni prenese le otrok, ki ima dobro razvit imunski sistem.
- Ukvarjanje s športom lahko danes pomeni tudi preprečitev pred drogami, kajenjem, uživanjem alkohola, saj otrok zaradi zadovoljenih potreb skozi gibanje, ne čuti želje po dokazovanju s pomočjo prej omenjenih substanc.

Pri oblikovanju miselnih in vedenjskih vzorcev otrok, ki so kasneje povezani z redno športno aktivnostjo in zdravim načinom življenja imajo zelo pomembno vlogo tudi učitelji, predvsem zaradi tega, ker lahko pomen gibanja, pomen zdrave prehrane in nasploh pomen aktivnega življenjskega sloga za zdravje, osmislijo s posredovanjem ustreznih znanj, ne le pri športni vzgoji, pač pa tudi pri ostalih predmetih.

### 3. 0 PROGRAM ŠPORTNE VZGOJE

Program športne vzgoje se izvaja v vseh razredih osnovne šole. Namenjeno mu je 834 ur rednega pouka in pet športnih dni v vsakem šolskem letu. Program je z vidika razvojnih značilnosti učencev vsebinsko, organizacijsko in metodično zaokrožen v tri šolska obdobja. V vsakem šola ponuja tri vrste programov:

- program, obvezen za vse učence,
- programe, ki jih šola mora ponuditi; vključevanje učencev je prostovoljno,
- dodatne programe, ki jih šola lahko ponudi; vključevanje učencev je prostovoljno.

<b>Program, obvezen za vse učence</b>
---------------------------------------

prvo triletje	drugo triletje	tretje triletje
<ul style="list-style-type: none"> <li>• redni pouk z dvajseturnim tečajem plavanja v 2. ali 3. razredu - 315 ur - 3 ure tedensko</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• redni pouk - 315 ur - 3 ure tedensko</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• redni pouk - 198 ur - 2 uri tedensko</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• športni dnevi - 5 letno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• športni dnevi - 5 letno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• športni dnevi - 5 letno</li> </ul>

**Programi, ki jih šola mora ponuditi, vključevanje učencev je prostovoljno**

prvo triletje	drugo triletje	tretje triletje
	<ul style="list-style-type: none"> <li>šola v naravi (poletna in zimska)</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>športne interesne dejavnosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>športne interesne dejavnosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>športne interesne dejavnosti</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>dopolnilni pouk - programi za učence s posebnimi potrebami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dopolnilni pouk - programi za učence s posebnimi potrebami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dopolnilni pouk - programi za učence s posebnimi potrebami</li> </ul>

**Dodatni programi, ki jih šola lahko ponudi, vključevanje učencev je prostovoljno**

prvo triletje	drugo triletje	tretje triletje
		<ul style="list-style-type: none"> <li>izbirna predmeta Šport in Plesne dejavnosti</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>nastopi, prireditve in šolska športna tekmovanja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>prireditve in šolska športna tekmovanja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>prireditve in šolska športna tekmovanja</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>tečajji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>tečajji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>tečajji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>dodatni programi (Zlati sonček, Ciciban planinec ...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dodatni programi (Krpan, Mladi planinec ...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dodatni programi (Mladi planinec ...)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>minuta za zdravje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>minuta za zdravje</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>športni oddelki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>športni oddelki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>športni oddelki</li> </ul>

(Kovač, Novak, 2001)

Iz tabele lahko razberemo, da so za šolo obvezni programi prvega in drugega sklopa, dodatni programi pa za šolo niso obvezni. Šola, ki se odloči za ponudbo tudi teh programov, pa nedvomno zagotavlja več možnosti za kakovostno preživljanje prostega časa otrok. S ponudbo dodatnih programov pa se posredno izboljša tudi kvaliteta rednega športno-vzgojnega procesa. Še posebej bi ob tem veljajo omeniti pomen minute za zdravje, ki jo lahko prav vsak učitelj (in ne le razredni učitelji) izvede med svojo učno uro, ko vidi, da učenci niso več zbrani in ne morejo aktivno sodelovati pri pouku. To je tudi eden redkih programov, ki je lahko popolnoma brezplačen, učinki pa so zelo veliki.

V nadaljevanju bomo zato predstavili rezultate raziskave (Štemberger, 2003), ki se nanaša na omenjene vsebine in kažejo na področja športno vzgojnega procesa, ki jih lahko še izboljšamo in na katera bi lahko vplival/a tudi ravnatelj/ ravnateljica.

## **4. 0 PODROČJA ŠPORTNE VZGOJE, KJER BI BILE POTREBNE IZBOLJŠAVE**

### **4. 1 Realizacija ur športne vzgoje**

Glede na učni načrt, bi morali učitelji realizirati tri ure športne vzgoje tedensko (v prvi in drugi triadi), kar pomeni 135 minut športne vzgoje tedensko. Če bi bil otrok res aktiven vseh 135 minut, potem bi verjetno lahko govorili o kakovostnem procesu športne vzgoje (ob takšni realizaciji je verjetno pouk tudi vsebinsko kakovosten). Žal pa raziskava (Mandelc, 2005) kaže, da traja povprečna ura športne vzgoje v prvi in drugi triadi 35 minut, efektivni čas učenca (to je čas, ko je učenec gibalno aktiven po navodilih učitelja) pa znaša celo samo 9 minut. Kaj hitro lahko torej ugotovimo, da je otrok v procesu športne vzgoje v enem tednu, namesto 135 minut, aktiven le 27 minut. To pa je minimalno priporočilo **dnevnega** gibanja posameznika (odraslega; otrok potrebuje še več gibanja) za ohranjanja zdravja. Razlogi za tako slab izkoristek so različni, med slednje pa zagotovo sodi tudi to, da učitelji veliko časa porabijo za to, da učence pripeljejo in odpeljejo iz telovadnice, kar v večini primerov ne storijo v času odmora, pač pa šele takrat, ko se ura športne vzgoje začne; enako velja, da zaključijo uro pred »uradnim« koncem le te, da lahko ob začetku odmora telovadnico že zapustijo. Še vedno namreč prevladuje mnenje, da ni nič narobe, če se skrajša ura športne vzgoje, veliko pa je izgubljenega, če se krajšajo ure matematike, slovenskega jezika, spoznavanja okolja. Žal je takšno gledanje v tem obdobju otrokovega razvoja popolnoma napačno, saj otrok gibanju nujno potrebuje za normalno funkcioniranje, poleg tega pa veliko

vsebin osvoji prav preko gibanja (npr. usvajanje pojma števila poteka najlažje preko gibanja, prav tako otroci med gibanjem razvijajo tudi fino motoriko, ki je npr. pomembna pri učenju pisanja, med gibanjem se učijo orientiranja v prostoru, pridobivajo vzdržljivost, ki je pomembna za to, da otroci lahko premagujejo »napore« dnevnega življenja, da ne obolevajo in da se pravilno razvijajo). Verjetno bi lahko s čimveč izobraževanja razrednih učiteljev dosegli tudi to, da bi se ure dejansko realizirale tako, kot se morajo. Izobraževanje bi lahko potekalo znotraj šole, predvsem je potrebno učitelje osvestiti (*znanja imajo, vsaj mlajši razredni učitelji s področja športne vzgoje zelo veliko, kar pa ni nujno dovolj, da so o pomenu kakovostne športne vzgoje tudi osveščeni*), da je športna vzgoja predvsem v prvi triadi za otrokov razvoj najpomembnejši šolski predmet, saj z njeno kakovostno realizacijo pozitivno vplivamo na vsa druga področja otrokovega razvoja. Takšno izobraževanje bi lahko vodili kar učitelji športne vzgoje na šoli ali pa razredni učitelji, ki športno vzgojo dobro izvajajo.

#### **4. 2 Vodenje športne vzgoje v ustrezni športni opremi**

Raziskava Mandelčeve (2005) je pokazala to, kar pravzaprav že vemo, in sicer, da razredni učitelji športno vzgojo še vedno vodijo v neprimerni športni opremi, ali pa le te sploh nimajo. Avtorica ugotavlja, da kar 55% učiteljev sploh ni imelo športne opreme, le 27% učiteljev pa je imelo popolno športno opremo. 18% učiteljev je imelo nepopolno športno opremo, kar pomeni, da so imeli samo športne copate ali samo športna oblačila. (Štembergerjeva (2003) je dobila drugačne rezultate, in sicer 44,4% športno vzgojo razrednih učiteljev vedno vodi športno vzgojo v športni opremi, 16,5% učiteljic pa športno vzgojo v opremi vodi le redko ali nikoli, pri čemer so verjetno ti rezultati manj realni, saj so učitelji sami odgovarjali na zastavljena vprašanja, medtem, ko je šlo v raziskavi Mandelčeve ves čas za spremljanje učiteljev).

Kar se tiče kakovostne športne vzgoje je oblačenje učitelja v športno opremo pomembno z več vidikov, od katerih je prvi nedvomno varnost. Učitelj ure športne vzgoje ne more varno izpeljati, če ni primerno oblečen in obut. Torej v telovadnici nimajo kaj iskati čevlji, ki jih učitelj sicer nosi (s tem se poleg ostalega uničujejo tudi tla v telovadnici, popolnoma neprimerno pa je to tudi s higienskega vidika), prav tako ne ista obleka, kot jo učitelj nosi sicer. Neprimerna športna oprema je lahko tudi vzrok poškodb, in to poškodb otrok, saj učitelj ne more pravilno demonstrirati, asistirati in varovati, kar je pri športni vzgoji zelo pomembno. Športna vzgoja tudi od učitelja zahteva aktivnost, ki pa jo v neprimernih oblačilih in obutvi ne more korektno izvajati. Težko si je predstavljati, da učiteljica demonstrira neko vajo v krilu in



salonarjih, vendar Mandelčeva navaja, da so v času raziskave videli tudi to. Demonstracija je bila nepravilna in nepopolna, spremljala pa jo je daljša razlaga.

Drug pomemben vidik rednega preoblačenja v športno opremo je nedvomno higiena. Učitelj učencem predstavlja vzor, v nižjih razredih je ta največji. Če učitelj želi otroke navajati na higieno v tem smislu, da se pred vadbo in po njej preoblečejo in preobujejo, mora tako ravnati tudi učitelj sam.

Izboljšanje kakovosti športno-vzgojnega procesa bi nedvomno lahko dosegli s tem, da bi se razredne učitelje večkrat preverilo med samo uro športne vzgoje (drugi ukrepi se pri učiteljih, ki se v športno opremo ne preoblačijo zaenkrat niso prav dobro obnesli), zagotovo pa je športna oprema (trenirka, športni copati) osnovna delovna oprema učitelja, ki bi jo moral dobiti v šoli. Glede na število ur, ki jo izvajajo razredni učitelji v primerjavi s športnimi pedagogi seveda ni smiselno, da bi opremo razredni učitelji dobili vsako leto, prav tako sploh ni nujno, da je to najdražja oprema. Pomembno pa je, da tudi razredni učitelj športno opremo dobi v šoli, saj se sicer lahko popolnoma upravičeno vpraša, zakaj bi moral za obvezno delovno opremo sam nositi stroške.

#### **4. 3 Načrtovanje športnovzgojnega procesa**

Zaradi optimalnega uresničevanja predpisanega učnega načrta ter v izogib improvizaciji in rutinskemu delu, je potrebno načrtovanje. Načrtovanje je potrebno tudi zaradi strokovne odgovornosti, zaradi učiteljevega občutka strokovne kompetentnosti, gotovosti, varnosti in zaradi lažje spremljave lastnega dela (Kovač, M., Strel, 2003). Rezultati raziskave (Štemberger, 2003) kažejo, da učiteljice pri pripravah na ure športne vzgoje največ uporabljajo učni načrt za športno vzgojo ter Cilje šolske športne vzgoje. Učiteljice tudi navajajo, da si pri posameznih pripravah pogosto pomagajo s strokovno literaturo, priročniki za učitelje ter časopisjem in revijami ter literaturo, priporočeno na fakulteti kot tudi na seminarjih stalnega strokovnega spopolnjevanja. Vendar pa lahko v dobljene rezultate dvomimo, saj rezultati raziskave (Štemberger, 2003), v katero so bile vključene iste učiteljice, kažejo, da se učitelji stalnega strokovnega spopolnjevanja s področja športne vzgoje le redko udeležujejo. Prav tako rezultati iste raziskave kažejo, da učiteljice strokovne revije s področja športne vzgoje berejo redko ali celo nikoli. Pri načrtovanju pa učiteljice redko ali celo nikoli ne uporabljajo sodobne tehnologije – Interneta in video zapisov, čeprav sta oba medija nosilca najnovejših informacij s področja športne vzgoje, tudi takšnih, ki so neposredno uporabni pri delu z najmlajšimi na športno-vzgojnem področju.

Pri izdelavi letne učne priprave za športno vzgojo, bi moral učitelj nujno upoštevati tudi posebnosti učencev, njihove gibalne in funkcionalne sposobnosti ter znanje, ki ga že imajo. Ker rezultati kažejo, da učiteljice pri načrtovanju večinoma ne uporabljajo rezultatov testiranj za športno–vzgojni karton, prav tako pa tudi ne opisnih ocen, lahko trdimo, da se pri načrtovanju posebnosti učencev ne upošteva. Predvidevamo lahko celo, da pri načrtovanju učiteljice ne upoštevajo, kaj učenci že znajo (ali ne znajo), pač pa načrtujejo stihijsko oziroma letno učno pripravo prenašajo iz leta v leto, ne da bi jo prilagajale učencem. Nekako pričakovano je, da letne učne priprave nastajajo v posameznih aktivih. Ob tem pa se pojavlja (upravičena) bojazen, da se pri tem ne upošteva posebnosti posameznih oddelkov in učencev znotraj njih, pač pa se za vse oddelke enega razreda izdelava ena (enaka) letna učna priprava za športno vzgojo (po možnosti ob neupoštevanju že pridobljenega znanja učencev ter razlik med njimi).

Že pri načrtovanju bi morali zato bolj spodbujati sodelovanje razrednega učitelja in športnega pedagoga, čeprav morda ne poučujeta skupaj. Zavedati se namreč moramo, da je celoten proces športne vzgoje namenjen otroku, zato nam mora biti to vodilo našega delovanja. Pri tem moramo upoštevati, da pri športni vzgoji ne gre le za pridobivanje določenih znanj, pač pa tudi za privzganje odnosa do športa, za ozaveščanje o pomenu ukvarjanja s športom za zdrav način življenja, skratka za celosten pristop k otroku, ki mu bo kasneje omogočil kakovostno življenje. Vse to pa je mogoče le, če so izhodišča športno-vzgojnega delovanja kakovostno pripravljena – če je proces športne vzgoje kakovostno načrtovan. Od načrtovanja procesa športne vzgoje je kasneje v veliki meri namreč odvisna tudi kakovost izvedbe le-te.

Razredne učitelje je potrebno zato še bolj usposobiti za načrtovanje športno-vzgojnega procesa (tako v času dodiplomskega študija, kot tudi skozi seminarje stalnega strokovnega spopolnjevanja). Prav tako bi lahko vodstva šol več pozornosti namenila tudi športni vzgoji v nižjih razredih osnovne šole in preverjati kakovost dela tudi na tem področju (preverjanje letnih učnih načrtov tudi za športno vzgojo, pomoč pri načrtovanju, hospitacije, spodbujanje dodatnega izobraževanja).

#### **4. 4 Stalno strokovno spopolnjevanje in delovanje učitelja**

Nenehen razvoj, novosti v učnih načrtih na področju športne vzgoje, sprejeta zakonodaja na področju športa so tisti dejavniki, ki zahtevajo dodatno spopolnjevanje zaposlenih v vzgoji

in izobraževanju na področju športa. Ugotavljamo pa, da se seminarjev stalnega strokovnega spopolnjevanja s področja športne vzgoje ne udeležuje kar 79,5% razrednih učiteljev (Štemberger, 2003; Bolterstein, 2004). Možno je, da so bili razredni učitelji v zadnjih letih primarno orientirani na seminarje stalnega strokovnega spopolnjevanja, ki so jim omogočali delo v prvem razredu devetletke, pa bi kljub temu pričakovali večji odziv. Strokovno spopolnjevanje je namreč ena temeljnih pravic in tudi dolžnosti vsakega učitelja in pričakovali bi sodelovanje na seminarjih, kjer se pri poučevanju kažejo težave, kar za športnovzgojno področje nedvomno velja.

Več pozornosti bi veljalo nameniti tudi prebiranju strokovne literature s področja športne vzgoje (predvsem Šport mladih je revija, ki je pisana na zelo poljuden način in bi v njej lahko razredni učitelji našli marsikatero koristno informacijo. Še posebej je primerna za uporabo, ker lahko v njej tudi učenci najdejo marsikaj zase in bi na splošno lahko bila bolj uporabljana v procesu športne vzgoje).

Zavedamo se, da je z udeležbo na seminarjih strokovnega spopolnjevanja kar nekaj težav (denar, prosti dnevi), zato bi lahko del teh rešili z internimi izobraževanji (npr. športni pedagog predstavi področje, kjer čutimo primanjkljaj ali imamo težave), z večjim povezovanjem šol s fakultetami in njihovimi strokovnjaki (predavanja in delavnice za posamezno šolo, ki pokaže interes za posamezno področje danes niso več redkost), z objavljanjem razpisov, ki jih lahko objavijo učiteljski zbori (nov sistem permanentnega izobraževanja) in verjetno bi lahko našli še kakšno rešitev.

#### **4. 5 Vključenost razrednih učiteljev v delo šole in izvenšolske aktivnosti**

Rezultati raziskave (Štemberger, 2003) kažejo, da se razredni učitelji malo vključujejo v dejavnosti, ki potekajo izven ur rednega pouka in se nanašajo na športno- vzgojno področje. Eden od možnih razlogov je ta, da smo v vzorec zajeli samo učitelje, ki poučujejo v prvem triletju in je tako nekaterih aktivnosti manj (npr. šola v naravi, športna tekmovanja), nekaterih aktivnosti pa na šolah sploh ne izvajajo, ker sodijo med dejavnosti, ki jih šola lahko ponudi, vključevanje otrok pa je prostovoljno, npr. nastopi, prireditve, tečaji, tabori, Zlati sonček, Ciciban planinec, minuta za zdravje, športni oddelki.

Glede na to, da so športne interesne dejavnosti za šolo obvezne in je vključevanje otrok prostovoljno, bi pričakovali, da bo večji odstotek razrednih učiteljev, ki bodo to vodili. Vendar pa le 22,3% razrednih učiteljev športne interesne dejavnosti tudi vodi, kar 41,5% pa jih tega ne počne nikoli (Štemberger, 2003). Možno je, da šola (vodstvo) za vodenje interesnih dejavnosti s področja športa za najmlajše zadolži športnega pedagoga ali pridobi zunanje sodelavce, menimo pa, da bi moral biti vseeno večji delež razrednih učiteljev, ki bi vodili te dejavnosti. Za otroke (predvsem prve triade) je namreč značilno, da se navdušijo za stvari, ki so povezane z njihovim učiteljem, kar pomeni, da se v večjem številu vključujejo v interesne dejavnosti, ki jih vodi njihov učitelj, kot v dejavnosti, kjer učitelja ne poznajo. Športne interesne dejavnosti obogatijo redno športno vzgojo z možnostjo vsakodnevnega športnega udejstvovanja. Z njimi spodbujamo otrokove interese, bogatimo njihov prosti čas in omogočamo uveljavljanje posameznikov. V današnjih časih, ko so vse izvenšolske interesne dejavnosti plačljive, lahko pomenijo športne interesne dejavnosti, ki jih ponujamo v šoli, možnost vključevanja tudi za otroke iz socialno šibkejših družin. Poleg tega interesne dejavnosti izvajamo v šoli, kar pomeni, da se jih lahko otrok udeleži neposredno po pouku ali v času podaljšanega bivanja. V primeru, da se interesne dejavnosti izvajajo v popoldanskih urah, pa gre otrok v šolo lahko tudi peš in ni neposredno odvisen od prevoza. Poleg tega se mlajši učenci raje vključujejo v interesne dejavnosti, ki jih vodijo učitelji, ki jih učenci poznajo, zato lahko pričakujemo vključevanje tudi tistih otrok, ki se sicer ne bi vključili v zunajšolsko interesno dejavnost z enako vsebino vendar drugim učiteljem. Pri interesnih dejavnostih, ki jih ponujamo v šoli, pa obstaja za nekatere otroke (in tudi starše) še zelo pomemben element – to je netekmovalnost. To pomeni, da se lahko v športne interesne dejavnosti v šoli vključujejo tudi otroci z manj znanja ali slabše razvitimi motoričnimi sposobnostmi, kar bi za nekatere izvenšolske športne dejavnosti le težko rekli. S tem ponujamo možnost športnega (rekreativnega) udejstvovanja tudi otrokom, ki to resnično potrebujejo, vendar se v večini primerov žal ne vključujejo v nobeno od izvenšolskih športnih dejavnosti.

Menimo, da bi torej šole lahko ponudile več športnih interesnih dejavnosti za najmlajše, ki bi jih vodili prav razredni učitelji (morda tudi v sodelovanju s športnimi pedagogi). Vsekakor pa mora interes za vodenje športnih interesnih dejavnosti obstajati tudi pri razrednih učiteljih, sicer lahko popolnoma izničimo vse pozitivne učinke takih dejavnosti.

Aktivni odmor izvaja le nekaj več kot polovica učiteljev, vključenih v raziskavo (Štemberger, 2003). Ne glede na to, da sodita aktivni odmor in minuta za zdravje v razširjeni program, bi

morala biti dnevno vključena v urnik in obvezna za vse učitelje in učence vsaj prvega in drugega triletja. Če namreč želimo doseči cilj »športno življenjski slog posameznika«, potem verjetno tri ure tedenske športne vzgoje niso dovolj za premik v miselnosti posameznika. Gibanje/šport bi morala biti že od malega vpeta v vsakdanjik otroka, tako da bi postala nuja tudi v kasnejšem obdobju, ko primarna otrokova potreba po gibanju usahne. To bi lahko dosegali tako s kakovostno Minuto za zdravje kot z Aktivnim odmorom, lahko pa bi vpeljali tudi druge oblike dela (npr. namesto jutranjega kroga na tleh v učilnici, hiter sprehod ali lahkoten tek, med katerim bi se pomenili o vsem, kar je potrebno in kar sicer učitelji naredijo na tleh učilnice vsako jutro). Minuto za zdravje lahko učitelj izvede neodvisno od šolskega urnika, med uro, ko opazi, da pozornost učencev pada. Aktivni odmor pa je odmor, dolg med 20 in 30 minut (in ni namenjen malici!), ki je ustrezno načrtovan in voden za vse učence. To pa pomeni, da bi morali že pri letnem načrtovanju na ravni šole ta odmor dodati v urnik, česar pa sam učitelj ne more storiti.

## **5. 0 ZAKLJUČEK**

Športna vzgoja v prvi in drugi triadi je za otrokov razvoj nedvomno eden temeljnih šolskih predmetov. Žal raziskave kažejo, da se nekateri razredni učitelji tega premalo zavedajo in s tem nehote delajo našim otrokom precej škode. Zato želimo z različnimi pristopi osvestiti razredne učitelje o pomenu gibanja za otroke, dodatno izobraziti razredne učitelje na področju športne vzgoje in jim nuditi vso potrebno podporo pri kakovostnem izvajanju športno-vzgojnega procesa. Še vedno si namreč želimo, da bi v dobro otrok, z njimi v prvi in deloma v drugi triadi delal en učitelj, hkrati pa ima ta (razredni) učitelj z vodenjem športne vzgoje tudi druge možnosti doseganja ciljev učnih načrtov, ne le pri športni vzgoji, pač pa tudi pri ostalih predmetih (možnost medpredmetnega povezovanja je v tem obdobju izredno velika, prav tako pa tudi enako pomembna). Prepričani smo namreč, da s kakovostnim vodenjem športne vzgoje pridobita oba – tako razredni učitelj kot učenec, zato se nam ne zdi smiselno iskati rešitev v vpeljavi drugih strokovnjakov v prvo triado, pač pa, kot že omenjeno, v dvigu kakovosti vodenja športne vzgoje razrednih učiteljev. Eden od možnih pristopov pri tem je nedvomno pomoč ravnateljev, ki se lahko kaže kot:

- neposreden nadzor nad delom razrednih učiteljev (stopnja realizacije ur športne vzgoje kot tudi trajanja ur le te, vključevanju razrednih učiteljev v delo šole in izvenšolske aktivnosti, strokovnem spopolnjevanju, hospitacije pri športni vzgoji,

- spodbujanje sodelovanja med športnimi pedagogi in razrednimi učitelji, nudenje ustreznih pogojev za športno vzgojo - osebna športna oprema razrednih učiteljev);
- kolegialni nadzor in pomoč (razredni učitelji med seboj; športni pedagogi razrednim učiteljem, predvsem pri načrtovanju, strokovnem spopolnjevanju, vključevanju v izvenšolske aktivnosti in v delo šole na področju športne vzgoje).

Otroci si kakovostno športno vzgojo zaslužijo, saj je potreba po gibanju ena njihovih osnovnih potreb, njena realizacija pa njihova osnovna pravica. Velika in odgovorna dolžnost odraslih pa je, da naredimo vse, kar je v naši moči, da otrokom realizacijo te pravice tudi omogočimo.

## 6. 0 LITERATURA

1. BOLTERSTEIN, T. (2004). Analiza permanentnega izobraževanja na področju športne vzgoje za učitelje razrednega pouka. Diplomsko delo. Ljubljana. Pedagoška fakulteta.
2. KOVAČ, M., STREL, J. (2003). Nekatera teoretična izhodišča preverjanja in ocenjevanja znanja iz športne vzgoje. Šport, letn. 51, št. 2, str. 21 – 27.
3. KOVAČ, M., ŠTIHEC, J. (1993). Kako izboljšati kakovost procesa športne vzgoje na razredni stopnji. Educa, (1 - 2), 54 – 70
4. KOVAČ, M., NOVAK, D. (2001). Učni načrt za športno vzgojo. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport.
5. MANDELIC, M. (2005). Časovna izraba učne ure športne vzgoje v prvi in drugi triadi. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
6. PIŠOT, R. (2000/ a). Didaktika gibalno/ športne vzgoje v funkciji celostnega razvoja otroka. V zbornik 1. mednarodnega posveta Otrok v gibanju (str. 75 - 85). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
7. PIŠOT, R. (2000/ b). Od motorike do didaktike gibalno/ športne vzgoje. V 25 let enote v Kopru (str. 40 - 42). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
8. PIŠOT, R., ZAVRŠNIK, J. (2001). Gibalno/športna aktivnost v otroštvu - osnova za oblikovanje zdravega življenjskega sloga. V Zbornik slovenskega kongresa športne rekreacije (str. 21 - 23). Rogla.
9. RAJTMAJER, D. (1994). Izbrana poglavja iz pedagogike in didaktike športa. Maribor: Pedagoška fakulteta.
10. RAJTMAJER, D. (2000). Športna vzgoja med teorijo in prakso. V Zbornik 1. mednarodnega posveta Otrok v gibanju (str. 62 - 74). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
11. STREL, J., KOVAČ, M., JURAK, G., BUČAR PAJEK, M. (2004). Spremembe zamaščenosti slovenskih otrok in mladine v obdobju 1970 – 2003 in povezanost le teh z motorično učinkovitostjo. Zbornik 4. Škerljevi dnevi, str. 49 – 50. Ljubljana. Društvo antropologov Slovenije
12. ŠTEMBERGER, V. (2003). Zagotavljanje kakovosti športne vzgoje v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju devetletne osnovne šole. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.