

Predmet šport in izvenšolske gibalne/športne aktivnosti učencev prvega razreda izbrane osnovne šole v času svetovne epidemije virusa covid-19

Sabina Marn

*Zasebni vrtec Pod lipo
sabina.marn@gmail.com*

Giuliana Jelovčan

*Univerza na Primorskem
giuliana.jelovcan@pef.upr.si*

Cilja raziskave sta bila preučiti, ali so starši skupaj z otrokom izvedli vsebine pri predmetu šport, ki jih je posredoval učitelj, in upoštevali priporočila trenerjev, organiziranih izven šolskih gibalnih/športnih aktivnosti. Podatke smo pridobili z vprašalnikom, ki je bil po elektronski pošti posredovan 108 staršem otrok, ki obiskujejo prvi razred. V nadaljnjo analizo smo vključili le 64 v celoti izpolnjenih vprašalnikov, od tega 24 staršev deklic in 40 staršev dečkov. Ugotovili smo, da so bili dečki in deklice v obdobju epidemije enako gibalno/športno aktivni ($p = 0,082$). Posredovana učiteljeva navodila pri predmetu šport starši sicer upoštevali, jih pa skupaj z otroki ne izvedejo v celoti. Ugotovili smo tudi, da starši le delno upoštevali priporočila učiteljev organizirane vadbe. Starši se zavedajo pomena gibalne/športne aktivnosti otrok ter pozitivno pripomorejo k njihovi redni gibalni/športni aktivnosti. Tako imajo pomembno vlogo kot posredniki zavedanja, navodil in znanj, ki so jih v času svetovne epidemije virusa covid-19 posredovali svojim otrokom in tako prispevali k njihovem celostnemu razvoju.

Ključne besede: otrok, družina, predmet šport, organizirana vadba, karantena

Uvod

Predmet šport je edini učni predmet, ki zadovolji otrokovo potrebo po gibanju, še posebej v današnjem pasivnem, sedečem načinu življenja, ki se prevečkrat pojavlja tudi v posameznikovem prostem času. V učnem načrtu za predmet šport (Ministrstvo za šolstvo in šport in Zavod Republike Slovenije za šolstvo 2011, 4) je navedeno, da je »šolska športna vzgoja nenehen proces bogatenja znanja, razvijanja sposobnosti in lastnosti ter pomembno sredstvo za oblikovanje osebnosti in odnosov med posamezniki. Z redno in kakovostno športno vadbo prispevamo k skladnemu biopsihosocialnemu razvoju

mladega človeka, sprostitvi, nevtralizaciji negativnih učinkov večurnega sedenja in drugih nezdravih navad. Ob sproti skrbi za zdrav razvoj ga vzgajamo in učimo, kako bo v vseh obdobjih življenja bogatil svoj prosti čas s športnimi vsebinami. Z zdravim življenjskim slogom bo tako lahko skrbel za dobro počutje, zdravje, vitalnost in življenjski optimizem.«

Vlada Republike Slovenije je izdala Odlok o začasni prepovedi zbiranja ljudi v zavodih s področja vzgoje in izobraževanja ter univerzah in samostojnih visokošolskih zavodih (2020); tako so se 16. 3. 2020 vsi vzgojno-izobraževalni zavodi zaprli in pouk se je začel izvajati na daljavo. Poleg tega je v času svetovne epidemije virusa covid-19 Vlada Republike Slovenije izdala Odlok o začasni splošni prepovedi gibanja in zbiranja ljudi na javnih mestih in površinah v Republiki Sloveniji (2020). Otroci so bili tako prikrajšani za socializacijo s svojimi vrstniki pa tudi za vse prostočasne organizirane in neorganizirane gibalne/športne aktivnosti tako v notranjih kot tudi zunanjih prostorih.

Šola je potekala na daljavo. Ker se je v nekaterih družinah na daljavo šolalo več otrok hkrati in ker je bil pouk na daljavo zastavljen tako, da je bil večji del obveznosti na otrocih samih, je pričakovati, da so bili nekateri otroci večji del dneva gibalno neaktivni. Raziskovalci ameriškega Aspen Institute (Project Play: State of Play 2020 b. l.) so opravili študijo o posledicah omejevalnih ukrepov zaradi svetovne epidemije virusa covid-19 na športno udeleževanje 13.000 otrok, starih od 6 do 18 let. Poročajo o 59-odstotnem upadu časa, ki so ga v času prvega vala epidemije ameriški otroci in mladostniki namenili gibalno/športno aktivni igri, in 54-odstotnem upadu časa, namenjenega športni vadbi. Starši celo poročajo o 29-odstotnem upadu interesa svojih otrok za gibalno/športno aktivnost. Zanimanje za šport v obliki organiziranih vadb so izgubili trije od desetih otrok, ki so bili pred prvim valom epidemije gibalno/športno aktivni, čeprav so jih bili starši pripravljeni logistično in finančno podpreti.

Priporočila za minimalno dnevno gibalno/športno aktivnost šoloobvezni otroci lažje dosežejo na dan, ko imajo na urniku predmet šport (Dale idr. 2020). Dale idr. (2000) v svojem preglednem članku navajajo, da se učenci med uro športa zadržujejo v srednji in visoki intenzivnosti od 11,4 do 88,5 % časa.

Med epidemijo so razredni učitelji ter učitelji športa učencem usmeritve za izvajanje vsebin pošiljali na različne načine. Pouk športa na daljavo so izvajali preko opisnih navodil, s slikovnimi predlogi, preko videoposnetkov in animacij (YouTube, videoposnetki elektronskih prosojnic ...), preko avdioposnetkov ali pa so celo kombinirali načine izvajanja (Sever 2021, 46). Otrokom pri predmetu šport v času prvega vala epidemije ni bilo treba za vsako uro športa pošiljati povratnih informacij, ali so vsebine izvedli ali ne, še več, kar

27 % učiteljev ni preverjalo dela učencev pri predmetu šport (Sever 2021, 58). Poleg tega kar 84,5 % učiteljev ni izvajalo ocenjevanja praktičnih ali teoretičnih vsebin pri tem predmetu. Ali so učenci izvedli vse ure športa, je bilo odvisno od motivacije učencev, spodbud učiteljev in staršev.

Obšolske in izvenšolske organizirane interesne športne aktivnosti so priložnost, da otroke spodbudimo k vsakdanji gibalni/športni aktivnosti. Večina šoloobveznih otrok obiskuje v prostem času organizirano športno aktivnost, ki prav tako pripomore k doseganju priporočil za dnevno gibalno/športno aktivnost (Marques idr. 2015). Vključevanje v slednje je še zlasti pomembno za razvoj gibalnih sposobnosti in spretnosti. Aktivno sodelovanje v organiziranih športnih aktivnostih vodi v višjo raven gibalne aktivnosti v prostem času ter povečuje verjetnost doseganja dnevnih priporočil (Marques idr. 2015). Rezultati študije Heberta idr. (2015) kažejo, da organizirana 5- do 20-minutna gibalna/športna aktivnost prispeva k povečanju dnevne srednje in visoke intenzivnosti gibanja ter tri- do petkratno poveča verjetnost za doseganje priporočil za dnevno gibalno/športno aktivnost.¹ Wickel in Einsenman (2007, 1497) navajata, da organizirane športne aktivnosti lahko pripomorejo k dvigu srednje do visoke intenzivnosti gibalne/športne aktivnosti za kar 23 %. Cilja naše raziskave sta preučiti, ali so starši skupaj z otrokom izvedli praktične vsebine pri predmetu šport, ki jih je posredoval učitelj, in upoštevali priporočila trenerjev, organiziranih izven šolskih gibalnih/športnih aktivnosti.

Metodologija

Prispevek predstavlja rezultate empirične neeksperimentalne kvantitativne raziskave, ki je bila izvedena na reprezentativnem vzorcu staršev prvošolcev izbrane osnovne šole.

Opis vzorca

Po predhodnem dogovoru z vodstvom izbrane osnovne šole in staršev otrok prvošolcev smo razdelili 108 (100 %) vprašalnikov. Vrnjenih jih je bilo 64 (59 %), prav toliko smo jih vključili v nadaljnjo analizo. Od tega je bilo 57 (89,1 %) žensk in 7 (10,9 %) moških. Večina staršev, 30 (46,9 %), ima končano fakulteto, 17 (26,6 %) visoko strokovno šolo, osem (12,5 %) srednjo šolo ter eden (1,6 %) osnovno in poklicno šolo. V času epidemije je največ staršev, 22 (34,4 %), delalo od doma, 16 (25,5 %) jih je hodilo v službo, 15 (23,4 %) jih je bilo

¹ Po priporočilih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) je za normalen razvoj in zdravje otrok ter mladostnikov potrebnih vsaj od 30 do 60 minut zmerno intenzivne telesne dejavnosti dnevno (Škof 2016, 36).

na čakanju, 11 (17,2 %) staršev pa je bilo doma iz drugih razlogov. Povzamemo lahko, da je bila doma več kot polovica staršev ter tako na voljo otrokom v pomoč, saj nihče od otrok v času epidemije ni bil doma sam. V raziskavi je sodelovalo 64 (100 %) prvošolcev, od tega 24 (37,5 %) deklic in 40 (62,5 %) dečkov. 41 (64,1 %) otrok živi v vaškem okolju, 23 (35,9 %) pa v primestnem. Vzorec je bil namensko izbran.

Merski pripomočki

Vprašalnik, ki smo ga posredovali staršem otrok prvošolcev izbrane osnovne šole (OŠ), je bil sestavljen iz 32 vprašanj zaprtega tipa. Vprašalnik je bil sestavljen iz dveh delov, in sicer: (1) vprašanj, ki se nanašajo na gibalno/športno aktivnost staršev; (2) vprašanj, ki se nanašajo na otroka, in sicer na vsebine predmeta šport in gibalno/športno aktivnost v prostem času. Od tega je bilo pet demografskih vprašanj. Eno vprašanje je bilo na Likertovi lestvici ocenjeno od 1 do 5, pri čemer je 1 pomenilo nikoli, 5 pa zelo pogosto.

Zbiranje in obdelava podatkov

Podatke smo zbrali s spletnim vprašalnikom, ki smo ga oblikovali s pomočjo spletne strani www.1ka.si. Dostop do vprašalnika, skupaj z dopisom o namenu raziskave, smo posredovali ravnateljici izbrane OŠ, ta pa je dostop posredovala na e-naslove v vzorec vključenih staršev. Sodelovanje v raziskavi je bilo anonimno in prostovoljno. V prispevku predstavljamo samo rezultate vprašanj na teme: predmet šport in organizirane izvenšolske dejavnosti v okviru šolanja na daljavo; kako so starši skupaj z otrokom izvedli praktične vsebine pri predmetu šport, ki jih je posredoval učitelj, ter kako so starši skupaj z otrokom izvedli praktične vsebine, ki jih je posredoval trener pri izvenšolski dejavnosti.

Metode analize podatkov

Podatke smo obdelali s programoma Excel in SPSS 25.0. Izvedli smo opisno statistično analizo po posameznih vprašanjih. Za opisne spremenljivke smo uporabili frekvenčno porazdelitev (f ; $f\%$). S Shapiro-Wilkovim testom smo preverili, ali je spremenljivka »gibalna/športna aktivnost otrok v času epidemije« normalno porazdeljena, za ugotavljanje razlik v gibalni/športni aktivnosti glede na spol pa smo uporabili t -test.

Rezultati in razprava

Predmet šport v okviru šolanja na daljavo

V obdobju prvega vala epidemije je pouk potekal na daljavo. Učitelji športa so se tako znašli pred velikim izzivom, saj so morali neprestano iskati ino-

vativne, zanimive, prijetne in drugačne načine poučevanja ter spodbujanja gibalne/športne aktivnosti telesne dejavnosti, še posebej, ker sta bila gibanje in redno ukvarjanje z gibalnimi/športnimi aktivnostmi zelo omejena oziroma v skupinskih oblikah celo nedovoljena (Bergoč in Markun Puhan 2020). Poučevanje na daljavo je drugačno, didaktično manj pestro, saj je odvisno od zmožnosti, ki jo ponuja tehnologija, in od področja oziroma predmeta, ki se ga poučuje na daljavo. Pri načrtovanju dejavnosti za pouk športa je zelo pomembno, da učitelj premisli, kaj je z vidika gibanja v tistem trenutku najpomembnejše in katere učne vsebine so primerne glede na pogoje dela, znanje in sposobnosti učencev, ki jih poučuje. V pomoč pri izbiri vsebine mu je digitaliziran učni načrt za šport (Bergoč in Markun Puhan 2020), v katerem so označeni vsi cilji, ki jih lahko uresničuje na daljavo. Prav zato so morali učitelji pridobiti tudi digitalne kompetence za smiselno uporabo sodobnih didaktičnih pristopov s pomočjo informacijske-komunikacijske tehnologije (IKT).

Otrokom sta bili podpora in pomoč staršev pri opravljanju šolskih obveznosti v tem času zelo dobrodošli. Ugotovili smo, da je v skoraj polovici družin, ki so bile anketirane v obdobju epidemije, eden od staršev hodil v službo, drugi pa je bil doma. Skoraj polovica (46,9 %) prvošolcev je dneve v času epidemije preživljala skupaj z bratom, s sestro in z vsaj enim od staršev, 45,3 % prvošolcev je dneve preživljalo s celo družino, 1,6 % pa jih je bilo doma brez obeh staršev, torej samo z bratom in/ali s sestro. Nekaj prvošolcev je bilo v drugi obliki varstva, nihče od njih pa dneva ni preživljal sam. V tem obdobju so starši v veliki večini skupaj z otrokom šolske obveznosti opravljali v dopoldanskem času (79,7 %), v popoldanskem pa le 20,3 %. Ugotovili smo tudi, da več kot polovica staršev (51,6 %) napotkom v učiteljevih navodilih za predmet šport nameni enako pozornost kot pri ostalih predmetih, 48,4 % pa ne. Prav tako več kot polovica staršev (54,3 %) uporablja tudi vse dodatne e-povezave pri predmetu šport, ki jih posredujejo učitelji pri šolanju na daljavo, se pravi da želijo, da bi bil njihov otrok dovolj motiviran za gibanje. Da bi bolje razumeli, koliko so starši upoštevali posredovana navodila učiteljev, lahko povežemo rezultate, ki nam povedo, koliko so bili starši pred epidemijo gibalno/športno aktivni. Sklepamo lahko, da tisti starši, ki so bili gibalno/športno aktivni že pred epidemijo, poleg drugim obveznostim čas namenjajo tudi gibalni/športni aktivnosti, se tega zavedajo in zato bolj upoštevajo posredovana navodila učiteljev pri predmetu šport. Tisti starši, ki gibalno/športno niso aktivni, torej se jim to ne zdi pomembno, pa navodila za predmet šport zanemarijo. V naši raziskavi dva (3,1 %) starša v prostem času pred in med epidemijo nista bila gibalno/športno aktivna, ostali pa so bili dovolj gibalno/športno aktivni na različne načine.

V času prvega vala epidemije so prvošolci s strani učiteljev pri predmetu

šport poleg drugih vsebin, ki so bile zgolj vodilo za aktivno preživljanje časa, dobili tudi navodila za priprave na športnovzgojni karton. V Sloveniji namreč že od leta 1986 spremljamo telesni in gibalni razvoj slovenskih otrok ter mladine s posebno podatkovno zbirko – športnovzgojnim kartonom. Ugotavljanje trendov sprememb telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti učencev ter dijakov na nacionalni ravni predstavlja učinkovito strokovno pomoč pri oblikovanju strategije razvoja športne vzgoje. Podatki so namenjeni predvsem otrokom in mladostnikom, njihovim staršem ter športnim pedagogom. Starši lahko spoznajo in spremljajo telesni in gibalni razvoj svojih otrok ter njihove dosežke primerjajo z dosežki enako starih slovenskih vrstnikov (Strel, Starc in Kovač 2007). V naši raziskavi se je le 39,1 % otrok pripravljalo po navodilih učiteljev za športnovzgojni karton, kar 60,9 % otrok pa teh priprav ni izvedlo.

Vida Medved Udovič, Mara Cotič in Majda Cencič (2008, 9) navajajo: »Učitelj ni več le prenašalec znanja, temveč moderator, animator, organizator spodbudnega učnega okolja, mentor in spodbujevalec samostojnega učenja.« »Priprava na ure je namreč precej bolj zahtevna, učinek iz vidika gibalne dejavnosti otrok pa je zelo nepredvidljiv in ga učitelj težko zazna, tako da ima pogosto občutek, da se je njegovo delo »sfžilo« (Jurak idr. 2020). Zato je bilo izvajanje gibalne/športne aktivnosti v času šolanja na daljavo v precejšnji meri odvisno od učitelja, in sicer ne samo izbor aktivnosti, ki naj bi jih otroci izvajali, ampak predvsem način, kako so bile izbrane vsebine posredovane otrokom. Če bi spet prišlo do šolanja na daljavo, bi bilo količino izvedenih izbranih vsebin pri predmetu šport smiselno preučevati v odvisnosti od načina posredovanja (pisna navodila, uporaba drugih e-povezav). V obdobju šolanja na daljavo poučevanje in dajanje povratnih informacij nista potekala kot običajno, kadar pouk športa poteka v šoli, zato so bili učitelji še toliko bolj izzvani, da bi bili pri posredovanju vsebin kar se da inovativni. Izbrane vsebine, ki so posredovane drugače kot zgolj napisane, niso privlačne samo za učence same, temveč tudi za starše, ki so bili v našem primeru vez med učiteljem in otroki. Omenimo lahko, da je stališče do predmeta šport odvisno od strokovne, pedagoške in osebnostne veljave posameznega športnega pedagoga, razrednega učitelja, ki poučuje ta predmet, in od naklonjenosti ravnatelja temu predmetu (Burja 2008, 9), ne le kadar pouk športa poteka v šoli, temveč tudi v obdobju šolanja na daljavo.

Smisel predmeta šport v tem starostnem obdobju je »pozitivno doživljanje športa, zadovoljstvo ob gibanju, premagovanju naporov, zaupanju vase, oblikovanju pristnega, čustvenega, spoštljivega, kulturnega odnosa do narave ter okolja in navajanje na športno aktivnost skozi igro« (Ministrstvo za

šolstvo in šport in Zavod Republike Slovenije za šolstvo 2011, 4). Glavno vodilo predmeta šport je torej igra, ki posamezniku omogoča spoznavanje najrazličnejših športnih prvin, dojemanje samega sebe. Z njo krepi samozavest, omogočeno je navezovanje socialnih stikov in delovanje posameznika v skupini, ki se mora podrediti določenim zakonitostim (Burja 2008, 11–12), kar je bilo otrokom v obravnavanem obdobju onemogočeno, saj so bili doma in med izvajanjem vsebin prepuščeni zgolj lastni motivaciji, pripravljenosti staršev za sodelovanje ter sodelovanju drugih družinskih članov. Za tiste starše, ki jim predmet šport ne pomeni toliko kot ostali predmeti, je bil to poseben izziv, zato nas ne presenečajo rezultati, ki nam kažejo, da kljub temu, da se je 79,7 % vseh prvošolcev, vključenih v raziskavo, veselilo izvajanja gibalne/športne aktivnosti po navodilih učiteljev v okviru šolanja na daljavo, več kot polovica vseh otrok (53,1 %) ni izvedlo vseh ur športa, ki so bile predvidene s strani učitelja. Ostali otroci (46,9 %) so izvedli vse, kar so jim učitelji v okviru šolanja posredovali. Spodbudni so tudi rezultati, ki navajajo količino spodbude za izvajanje gibalne/športne aktivnosti. Otrok z veliko notranje motivacije je 29,7 %, 53,1 % jih potrebuje malo spodbude s strani staršev, 14,1 % srednje veliko in le 3,1 % veliko.

Prostočasna gibalna/športna aktivnost otrok

Tudi za gibalno/športno aktivnost otrok v prostem času so rezultati podobni. Delež tistih otrok, ki potrebujejo veliko spodbude, je 1,6 %, delež otrok, ki spodbude ne potrebujejo, pa 57,8 %. Trenerjev aktivni odnos in ljubezen do športne vsebine ter otrok sta nenadomestljiva vzvoda krepitve notranje motivacije (Bačanac in Škof 2016, 175). Veliko je družin, ki iz različnih razlogov svojega otroka ne morejo vključiti v organizirano vadbo, ki jo ponujajo najrazličnejši športni klubi oziroma društva (Videmšek, Berdajs in Karpljuk 2003, 15). Flajšaker (2011, 49–60) ugotavlja, da so otroci iz mesta pogostejše vključeni v organizirano obliko vadbe kakor otroci s podeželja. V našem primeru je delež tistih družin, ki živijo v primestnem okolju, 35,9 %, 64,1 % pa jih živi v vaškem okolju. V kakršno koli obliko organizirane vadbe je bilo vključenih 68,8 % otrok v naši raziskavi. Največ (14,1 %) jih trenira gimnastiko, 10,9 % otrok obiskuje treninge nogometa, ostali trenirajo ples, košarko, plavanje in drugo. Primerno izbrane vsebine, ustrezne metode in oblike dela omogočajo, da se učenci ob športnem udejstvovanju počutijo prijetno, se psihično sprostijo, hkrati pa osmislijo in bolje razumejo šport. Učenci si oblikujejo stališča in vrednostni odnos do športa kot kulturne sestavine človekovega življenja (Ministrstvo za šolstvo in šport in Zavod Republike Slovenije za šolstvo 2011). Navodila za treninge v času epidemije je v naši raziskavi posredovalo le 26,6 %

Preglednica 1 Gibalna/športna aktivnost otrok glede na spol

Spol	N	Povprečni rang	SD	p
Deklice	24	27,31	3,52	0,082
Dečki	40	35,61	3,87	
Skupaj	64			

trenerjev vseh naštetih organiziranih vadb, 73,4 % jih navodil ni posredovalo. Treninge po navodilih trenerjev je v tem času izvajalo le 21,9 % otrok, ostali jih niso izvajali. Rezultate lahko pripišemo nezadostni komunikaciji trenerjev s starši oziroma z otroki, nezanimivemu posredovanju treningov, slabemu trenerjevemu motiviranju otrok ali pa neznanju uporabe IKT-opreme. Predvidevamo lahko, da bi večji delež otrok izvajal treninge po navodilih trenerjev, če bi ti imeli stalen, torej dnevni stik z njimi po videokonferenčni povezavi ter jih pri tem spodbujali.

S Shapiro-Wilkovim testom smo preverili, ali je spremenljivka »gibalna/športna aktivnost otrok v času epidemije« normalno porazdeljena. Iz preglednice 1 je razvidno, da se gibalna/športna aktivnost otrok v času epidemije ne razlikuje glede na spol otrok ($p = 0,082$). Ugotavljamo, da so bili dečki in deklice v obdobju epidemije enako gibalno/športno aktivni. Tudi SLOfit (2020) poroča o največjem upadu gibalne učinkovitosti slovenskih otrok po prvem valu epidemije v zgodovini spremljave. Ugotovili so namreč, da je do upada gibalne učinkovitosti prišlo pri dveh tretjinah vseh osnovnošolcev po Sloveniji, pri prvošolcih najredkeje, a še vedno v skoraj polovici primerov. Pri dečkih je delež upada gibalne učinkovitosti pri 49,7, pri deklicah pa pri 43,7 %. Otroci so bili v času prvega vala epidemije covid-19 aktivni na različne načine. Med najbolj zastopanimi oblikami aktivnosti, ki so jih otroci izvajali vsak dan, so bila hoji (37,5 %), lovljenje (25 %), kolesarjenje (20,3 %) in tek (10,9 %). Starši so za svoje otroke poročali, da se jih je po pol ure na dan lovilo največ (39,1 %), rolalo in kolesarilo pol ure dnevno jih je 28,1 %; 25 % otrok je pol ure dnevno hitro hodilo, počasneje pa le 15,6 %. Poskakovalo s kolebnico jih je 9,4 %, izvajalo jogo in aerobiko pa je 1,6 % otrok.

Sklep

Starši se zavedajo pomena gibalne/športne aktivnosti otrok ter tako pozitivno pripomorejo k njihovi redni gibalni/športni aktivnosti. Starši imajo pomembno vlogo kot posredniki zavedanja, navodil in znanj, ki so jih v času svetovne epidemije virusa covid-19 posredovali svojim otrokom in tako prispevali k njihovem celostnemu razvoju. Rezultati raziskave dajejo vpogled v to,

koliko in na kakšen način so prvošolci na izbrani osnovni šoli gibalno/športno aktivni ter kako so na izvedbo vsebin pri predmetu šport vplivali starši otrok ter njihovi učitelji in trenerji. Preučiti bi bilo smiselno, kje je še prostor za izboljšave, saj je glavni cilj to, da otrok – prvošolec vsak dan dosega priporočila za minimalno gibalno/športno aktivnost.

Literatura

- Bačanac, L., in B. Škof. 2016. »Vzgojne naloge in ravnanja trenerjev/učiteljev pri delu z mladim športnikom.« V *Šport po meri otrok in mladostnikov: pedagoški, didaktični, psiho-socialni, biološki in zdravstveni vidik športne vadbe mladih*, ur. B. Škof, 164–221. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.
- Bergoč, Š., in N. Markun Puhan. 2020. »Priporočila in strokovne usmeritve za izvedbo športa/športne vzgoje na daljavo.« Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. 20. marec. <https://www.slofit.org/slofit-nasvet/ArticleID/192/Priporo%C4%8Dila-in-strokovne-usmeritve-za-izvedbo-%C5%A1porta-%C5%A1portne-vzgoje-na-daljavo>.
- Burja, A. 2008. »Športna vzgoja v prvem triletju osnovne šole.« Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani.
- Dale, D., C. B. Corbin in K. S. Dale. 2000. »Restricting Opportunities to Be Active during School Time.« *Research Quarterly for Exercise and Sport* 71 (3): 240–248.
- Flajšaker, M. 2011. »Ukvarjanje s športom starši skupaj z otroki v Prekmurju.« Diplomsko delo, Univerza v Mariboru.
- Hebert, J., J. Hebert Jr., N. C. Møller, L. B. Andersen in N. Wedderkopp. 2015. »Organized Sport Participation Is Associated with Higher Levels of Overall Health-Related Physical Activity in Children (CHAMPS Study-DK).« *PLoS One* 10 (8): e0134621. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0134621>.
- Jurak, G., G. Starc, V. Sember, N. Markelj in M. Kovač. 2020. »Priporočila za izvajanje športne vzgoje na daljavo.« Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. 4. december. <http://www.slofit.org/slofit-nasvet/ArticleID/233/Priporo%C4%8Dila-zaizvajanje-%C5%A1portne-vzgoje-na-daljavo>.
- Marques, A., U. Ekelund in L. B. Sardinha. 2015. »Associations Between Organized Sports Participation and Objectively Measured Physical Activity, Sedentary Time and Weight Status in Youth.« *Journal of Science and Medicine in Sport* 19 (2): 154–157.
- Medved Udovič, V., M. Cotič in M. Cencič. 2008. »Pouk v družbi znanja.« V *Sodobne strategije učenja in poučevanja*, ur. V. Medved-Udovič, M. Cotič in M. Cencič, 8–15. Koper: Pedagoška fakulteta.
- Ministrstvo za šolstvo in šport in Zavod Republike Slovenije za šolstvo. 2011. *Učni načrt: program osnovna šola; športna vzgoja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport in Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

- Odlok o začasni prepovedi zbiranja ljudi v zavodih s področja vzgoje in izobraževanja ter univerzah in samostojnih visokošolskih zavodih. 2020. *Uradni list Republike Slovenije*, št. 152. <https://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?sop=2020-01-2689>.
- Odlok o začasni splošni prepovedi gibanja in zbiranja ljudi na javnih mestih in površinah v Republiki Sloveniji. 2020. *Uradni list Republike Slovenije*, št. 30. <https://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?sop=2020-01-0602>.
- Project Play: State of Play 2020. B. I. »Pandemic Trends.« Aspen Institute. <https://www.aspenprojectplay.org/state-of-play-2020/pandemic-trends>.
- Sever, I. 2021. »Poučevanje na daljavo pri predmetu šport na razredni stopnji med epidemijo COVID-19.« Magistrsko delo, Univerza v Ljubljani.
- SLOfit. 2020. »Upad gibalne učinkovitosti in naraščanje debelosti slovenskih otrok po razglasitvi epidemije covid-19.« https://www.slofit.org/Portals/0/Clanki/COVID-19_razvoj_otrok.pdf?%20over=2020-09-24-105108-370.
- Strel, J., G. Starc in M. Kovač, ur. 2007. »Analiza telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine slovenskih osnovnih in srednjih šol v šolskem letu 2006/2007.« Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.
- Škof, B. 2016. »Šport mladih – vzgoja za življenje, Mladim več športa!« V *Šport po meri otrok in mladostnikov: pedagoški, didaktični, psiho-socialni, biološki in zdravstveni vidik športne vadbe mladih*, ur. B. Škof, 33–49. 2. izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.
- Videmšek, M., P. Berdajs in D. Karpljuk. 2003. *Mali športnik: gibalne dejavnosti otrok do tretjega leta starosti v okviru družine*. Ljubljana: Fakulteta za šport. Inštitut za šport.
- Wickel, E. E., in J. C. Eisenmann. 2007. »Contribution of Youth Sport to Total Daily Physical Activity among 6- to 12-yr-old Boys.« *Medicine & Science in Sports & Exercise* 39 (9): 1493–1500.

Physical Education and Extracurricular Physical Activities in First Grade Students of a Selected Primary School during the COVID-19 Global Epidemic

The objective of the research was to examine whether parents, together with their children, do the exercises they are given by gym teachers and whether they follow the recommendations by the coaches of children's organized extracurricular physical/sports activities. The data were obtained through a questionnaire sent via e-mail to 108 parents of children attending first grade of primary school. Only 64 fully completed questionnaires were included in the further analysis, of which 24 were by parents of girls and 40 were by parents of boys. The research shows that boys and girls were equally physically active during the epidemic ($p = 0.082$). Parents follow the instructions provided by the gym teacher, but do not entirely carry out the exercises together with the children. We also found that parents only partially follow the recommendations

provided by teachers of extracurricular physical activities. Parents are aware of the importance of children's physical activity and make a positive contribution to the regular physical activity of their children. Therefore, parents play an important role as mediators of the awareness, instructions and knowledge that they passed on to their children during the COVID-19 global epidemic and in this way contributed to their overall development.

Keywords: child, family, physical education, organized physical activities, lockdown