

UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA
Poučevanje na razredni stopnji

Kaja Toplišek

**KOMPETENCE UČITELJEV RAZREDNEGA POUKA ZA
POUČEVANJE GIMNASTIČNIH VSEBIN V PRVEM
TRILETJU OSNOVNE ŠOLE**

Magistrsko delo

Ljubljana, 2019

UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA
Poučevanje na razredni stopnji

Kaja Toplišek

**KOMPETENCE UČITELJEV RAZREDNEGA POUKA ZA
POUČEVANJE GIMNASTIČNIH VSEBIN V PRVEM
TRILETJU OSNOVNE ŠOLE**

Magistrsko delo

Mentorica: izr. prof. dr. Vesna Štemberger

Ljubljana, 2019

»Zlahka bomo uspeli, če si bomo vsak dan naložili le tisto breme, ki nam je namenjeno za tisti dan. Tovor je pretežak, če bomo včerajšnje breme nosili tudi danes in teži dodali jutrišnje breme, še preden si ga moramo naložiti.« (John Newton)

ZAHVALA

Magistrsko delo je nastalo pod mentorstvom izr. prof. dr. Vesne Štemberger, ki se ji iskreno zahvaljujem za strokovno vodenje, pomoč in nasvete ter za hiter odziv pri oblikovanju magistrskega dela. Predvsem pa iskrena hvala za potrpežljivost pri dolgotrajnem nastajanju magistrskega dela. Mislim, da je lahko zgled vsem mentorjem in nenazadnje tudi profesorjem.

Hvala staršem, partnerju Niku in babici za vso podporo in pomoč, za to, da so mi med študijem ves čas stali ob strani, me bodrili in mi pomagali.

Hvala prijateljici Špeli, ki mi je pomagala pri obdelavi podatkov in na splošno pri nastajanju magistrskega dela.

Hvala vsem, ki ste mi pomagali, da dosežem ta cilj v svojem življenju.

Povzetek

Šport je pomemben za zdravje. Tako za odrasle kot za otroke. Otroci so dovzetni za sprejemanje navad in vzorcev najprej iz družine in nato iz okolja, zato je izredno pomembno, da jim kot odgovorni odrasli že v prvem triletju šolanja pokažemo pozitivne strani športnih aktivnosti. Da pa bi otrokom lahko ustrezno predstavili različne gibalne oziroma športne aktivnosti, morajo imeti učitelji ustrezne kompetence. Nekatere športne prvine zahtevajo specifične pedagoške pristope, poleg tega pa mora vsak učitelj poznati tudi učni načrt za športno vzgojo in ga uresničevati. Šport je predmet, ki vključuje različne športne vsebine, pri čemer je gimnastika ena od tistih, ki zahteva veliko posebnega znanja. Poleg tega je gimnastika za otroke v prvem triletju ključna, saj vključuje veliko gibalnih vzorcev, ki so pomembni za otrokov razvoj. Otroci se gimnastičnih prvin učijo z metodičnimi postopki, ki jih mora učitelj dobro poznati, saj lahko njihovo nepoznavanje privede do nepravilnega izvajanja, v hujših primerih celo do poškodb. Večina gimnastičnih prvin od učitelja poleg poznavanja metodičnih postopkov zahteva tudi dobro poznavanje nudenja pomoči oziroma varovanja. Z raziskavo bomo poskušali ugotoviti, pri katerih gimnastičnih vsebinah se učitelji razrednega pouka počutijo najbolj usposobljene, kje čutijo največ strahu ter kako so seznanjeni z varovanjem.

Opravljen raziskava bo s svojimi izsledki prispevala k zavedanju pomembnosti poznavanja gimnastičnih vsebin, pravilne izvedbe metodičnih postopkov in zagotavljanja varnosti učencev.

Izhodiščna ideja raziskovanja je bila s kvantitativnim raziskovalnim pristopom ter deskriptivno metodo ugotoviti, kako razredni učitelji v prvi triadi ocenjujejo svojo usposobljenost oziroma kompetentnost za poučevanje gimnastike, katera so tista področja, za katera se učitelji počutijo bolj usposobljene, in katera so tista, za katera se počutijo manj kompetentne.

Raziskava je bila narejena na vzorcu 57 učiteljev razrednega pouka iz 24 slovenskih osnovnih šol, ki so v šolskem letu 2017/2018 poučevali v prvem triletju osnovne šole. Vsi anketirani učitelji so trenutno ali v preteklosti poučevali tudi predmet šport. Podatke za raziskavo smo pridobili s pomočjo spletnega vprašalnika.

Teoretični del zajema celostni pregled predmeta šport in področja gimnastike ter kazalcev kakovosti za njegovo oziroma njeno poučevanje. Za ustrezno in uspešno delo učitelji potrebujejo tudi ustrezne kompetence, zato smo predstavili različne poglede na kompetence in njihov razvoj na splošno.

Menili smo, da učitelji ne posvečajo dovolj pozornosti razvoju lastnih kompetenc na področju gimnastike oziroma da so na tem področju premalo izobraženi in se za samo delo ne počutijo dovolj usposobljene. V povprečju so bili anketirani učitelji stari 41,3 leta s povprečno delovno dobo 17,2 leta. Anketiranci so večinoma prepričani, da je šport koristen za zdravje in o tem osveščajo tudi svoje učence. V povprečju anketirani učitelji svojo usposobljenost za poučevanje predmeta šport ocenjujejo kar visoko (povprečna ocena 3,85).

Rezultati ankete so nam pokazali, da pri poučevanju gimnastičnih prvin učitelji najraje poučujejo vaje na ožji površini in ritmično gimnastiko. Pri poznavanju metodičnih postopkov so najvišjo oceno pripisali poučevanju vaj ravnotežja na ožji površini, čemur so dodelili tudi največjo oceno poznavanja pravilnega varovanja.

KLJUČNE BESEDE: gimnastika, kompetence, osnovna šola, šport, gimnastične vsebine, varnost

Abstract

Sport is important for health, for both, adults and children. Children are receptive to habits and patterns, first from their family and then from the environment. It is therefore important that we, as responsible adults, show them the positive aspects of sports activities in the first years of school. However, to be able to appropriately introduce different physical/sports activities, teachers must have appropriate competences. Some sports elements also require specific pedagogical approaches, and each teacher must be familiar with the curriculum for sports education and implement it in their teaching hours. Gymnastics is one of the sports content that requires a lot of special knowledge. Also, gymnastics in the first three years is crucial for children as it involves many movement patterns that are important for the child's development. Children learn gymnastics through methodical procedures, which the teacher must be well aware of, as not knowing them can lead to incorrect performance and, in severe cases, even injury. Most gymnastic elements require from a teacher, in addition to knowledge of methodical procedures, a good knowledge of providing assistance and protection. The questionnaire will try to find out for which gymnastics content the class teachers feel most qualified for, where they feel the most fear, and how are they familiar with assistance.

The conducted research will, with its findings, contribute to the awareness of the importance of knowledge of gymnastics content, proper implementation of methodical procedures, and ensuring the proper assistance.

The basic idea of the research was to find out how the teachers evaluate their competence for teaching gymnastics, which are the areas for which the teachers feel more qualified for and which are the ones for which they feel less competent.

The survey was conducted on a sample of 57 classroom teachers from 24 elementary schools across Slovenia, who taught in the 2017/2018 school year in the first three years of primary school. All of the teachers surveyed have taught Sports at the time of the research or in the past. Research data was obtained through an online questionnaire.

The theoretical part of the master thesis covers a comprehensive overview of the subject Sport, the fields of gymnastics and quality indicators for teaching. Teachers to work properly and successfully need appropriate competencies. We presented different views on competences and their development in general.

We hypothesized that teachers do not pay enough attention to develop their competences in the field of gymnastics, or that they were under-educated in this field and do not feel sufficiently qualified for the work itself. Surveyed teachers were on average 41.3 years old with an average working age of 17.2 years. Most of the respondents believe that sport is good for their health and they are raising awareness of it among their students. The teachers rate their competence for teaching the subject Sport pretty high (average grade 3.85).

The results of the survey showed that, when teaching gymnastics, teachers prefer to teach narrow-surface exercises and rhythmic gymnastics. In methodical procedures knowledge, the

highest score was attributed to the teaching of balance exercises on a narrower surface. This content was also awarded with the highest score for knowledge of proper assistance.

KEY WORDS: gymnastics, competencies, primary school, sport, gymnastics content, assistance.

Kazalo vsebine

1	Uvod	9
2	Predmet in problem	11
2.1	Opredelitev predmeta šport.....	11
2.2	Namen predmeta šport	12
2.3	Cilji predmeta šport	13
2.4	Vsebina predmeta šport	15
2.5	Poučevanje predmeta šport	19
2.6	Pomen športa	20
2.7	Gimnastika	22
2.7.3	Pomen in vpliv gimnastike na otrokov razvoj	26
2.7.4	Skrb za varnost in varovanje	26
2.8	Opredelitev kompetenc.....	34
2.8.1	Učiteljeve kompetence	35
3	Empirični del	38
3.1	Opredelitev raziskovalnega problema.....	38
3.2	Namen in cilji raziskave	38
3.3	Raziskovalna vprašanja.....	39
3.4	Metode dela	39
3.4.1	Opis vzorca	39
3.4.2	Pripomočki in postopek obdelave podatkov	42
4	Rezultati in diskusija	42
5	Zaključek	52
6	Literatura in viri.....	55
7	Priloge in izjava o avtorstvu	59

Kazalo tabel

Tabela 1	Program predmeta šport v prvem triletju osnovne šole	12
Tabela 2	Gimnastične vsebine v prvem triletju osnovne šole	24
Tabela 3	Spol anketirancev.	40
Tabela 4	Starost anketirancev.....	40
Tabela 5	Vzorec šol.	41
Tabela 6	Delovna doba v letih.....	43
Tabela 7	Število let poučevanja predmeta Šport.	43
Tabela 8	Število ur poučevanja gimnastike	44
Tabela 9	Ocena strinjanja s podanimi trditvami.....	45

Tabela 10	Ocena pomembnosti in razvitosti podanih kompetenc.....	46
Tabela 11	Povprečno število ur poučevanja posameznih gimnastičnih prvin.	47
Tabela 12	Povprečna ocena poznavanja metodičnih postopkov podanih vsebinskih sklopov.	48
Tabela 13	Povprečna ocena poznavanja pravilne izvedbe podanih vsebinskih sklopov.	48
Tabela 14	Povprečna ocena poznavanja pravilnega varovanja pri podanih vsebinskih sklopih.....	49
Tabela 15	Število ur tedenskega ukvarjanja s športom.	49
Tabela 16	Zadovoljnost s pogoji za izvajanje gimnastičnih vsebin.	50
Tabela 17	Število udeležb na seminarju.	50

Kazalo grafov

Graf 1:	Trenutno delovno mesto anketiranca.	43
Graf 2:	Sodelovanje pri načrtovanju gimnastičnih vsebin.....	45

1 Uvod

Hiter tempo življenja, digitalizacija in neprestane spremembe so v družbo vnesli nove izzive tudi na področju vzgoje in izobraževanja. Tem spremembam morajo slediti tudi tisti, ki se ukvarjajo s poučevanjem otrok. V ospredju je večji poudarek na kakovosti vzgoje, izobraževanja in usposabljanja, ki naj bi bilo dostopno vse življenje. Vse te spremembe učitelja silijo k drugačni vlogi, kot jo je imel nekoč. Samo dobro usposobljen učitelj bo kos zahtevnim nalogam, zato ni naključje, da postajajo učiteljske kompetence predmet številnih raziskav, na katere ima pomembno vlogo tudi okolje, ki podpira rast in razvoj, učitelje spoštuje in jih spodbuja in podpira njihovo strokovnost (Fullan in Hargreaves, 2000). V današnjem času, ko je potreba po gibanju pomembnejša kot v preteklosti, ima šport na mladega človeka nenadomestljiv vpliv. Otroci so v program športa v šoli vključeni od prvega razreda osnovne šole, ko so za to najbolj dovzetni. Pri predmetu šport se otrok ne bo samo fizično gibal, pač pa mu bo predmet pomagal bolje razumeti in kasneje izvesti fizično aktivnost ter s tem povečati možnost za vseživljenjsko aktivnost. Poleg tega bo pri predmetu pridobil emocionalne, socialne, kognitivne, motivacijske in moralne spretnosti.

Splošna telesna aktivnost je nujna za normalen biološki, socialni in mentalni razvoj. Vpliva na zdravje mladih in starejših, saj z njo svoje telo ohranjamo vitalno in ga varujemo pred različnimi boleznimi.

Stresen in s tem povezan pretežno sedeči in preobremenjujoči način življenja se je dotaknil tudi otrok. Vedno več otrokom je gibanje naporno, vedno več jih oboleva za različnimi boleznimi, ki so sicer značilne za starejšo generacijo, vedno več jih ima povečan indeks telesne teže (Novak, Kovač in Čuk, 2008). Vse to vodi k slabi telesni drži, ki se v sodobni športni praksi precej zanemarja, je pa izjemno pomembna za optimalno delovanje posameznika (Bizjan, 1999).

Da bodo otroci odrasli v zdrave in vitalne osebe, imajo poleg staršev pomembno vlogo tudi učitelji. Ti pa morajo imeti dovolj znanj, da bo pouk športa izveden na najvišji možni kakovostni ravni. V nižjih razredih osnovne šole šport najpogosteje poučujejo razredni učitelji, redkeje pa beležimo sicer zelo pozitivne učinke poučevanja športa skupaj s športnim pedagogom, saj je to omejeno na dodatno financiranje (Jurak, Kovač in Strel, 2004). Učitelj razrednega pouka mora biti tako dovolj usposobljen, da lahko predmet šport vodi sam. Kakovost športno-vzgojnega procesa izhaja pretežno iz učitelja in njegovih kompetenc. Učitelji morajo zagotoviti količinsko in kakovostno ustrezen pouk športa (Štemberger in Krpač, 2009). Učitelj je torej tisti, ki lahko usklajuje in prilagaja učni načrt oziroma vsebino učencem ter o odloča samem učnem procesu in zanj odgovarja.

Razredni učitelj mora obvladati različna področja in eno izmed njih je tudi šport. Šport je eden najpomembnejših šolskih predmetov za otrokov razvoj, saj z njim vplivamo tudi na vsa druga področja, pri tem pa ima velik vpliv prav razredni učitelj s svojimi kompetencami s področja športa.

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Kompetenten učitelj je tisti, ki zna izkoristiti in uporabiti svoje spretnosti za učinkovito delovanje. Brundrett in Silcock (2002) navajata, da kompetence predstavljajo pomembno vlogo pri učinkovitem poučevanju in jih lahko prepoznamo šele v določenem ravnanju, pri določeni situaciji, torej znotraj določenega konteksta. Ker razredni učitelji ne poučujejo zgolj enega predmeta, ampak so vezani na več različnih področij, za nekatere poučevanje predmeta Šport predstavlja velik izziv. Poleg poznavanja učnega načrta mora imeti učitelj za poučevanje športa veliko kompetenc. Nekatere učne vsebine so mu lahko bližje kot druge. Gimnastika je ena od tistih, ki tudi za učitelja lahko predstavlja trdo delo, saj je zahtevna tako z organizacijskega in vsebinskega kot tudi z varnostnega vidika. Od njega zahteva precej znanja o sami tehniki izvedbe posameznih prvin, didaktičnih korakih in ustrezni pomoči (Novak idr., 2008).

V predstavljeni raziskavi smo ugotavljali, kako učitelji vrednotijo svojo lastno kompetentnost na področju učenja gimnastičnih vsebin. Zanimalo nas je tudi, katere vsebine največkrat uporabljajo in kakšna sta njihovo znanje in odnos do športa ter gimnastike. V ta namen smo pripravili spletno anketo, ki smo jo posredovali učiteljem razrednega pouka, in tako pridobili dovolj informacij, da smo raziskavo lahko upešno izpeljali do konca.

2 Predmet in problem

2.1 Opredelitev predmeta šport

Ko imamo pred seboj vrednost športa za življenje, moramo poudariti, da mora šola otrokom posredovati in utrditi splošna športna znanja, ki vključujejo teoretična znanja o športu ter tehnična in splošno-motorična znanja. Razvijati mora tudi ustrezen sistem vrednot na področju športa in do njega, sam šport mora torej postati vrednota kot sestavina celostne kulture v najširšem pomenu besede. Hkrati s tem mora dvigovati raven psihomotoričnih zmožnosti in sposobnosti, ki so predpogoj za uspeh vsakršne gibalne aktivnosti (Berčič, 2004).

Skozi gibalno/športno aktivnost se razvijajo sposobnosti, oblikujejo se osebnost in odnosi med posamezniki, ki so pri rednem delu zanemarjene. Šport nam med drugim utrjuje zdravje, pomaga ohranjati stik z naravo in na splošno bogati različna znanja (Bizjan, 1999). Z zdravim življenjskim slogom bo otrok lahko skrbel za dobro počutje, zdravje, vitalnost in življenjski optimizem (Kovač, Puhan, Lorenci, Novak, Planinšec, Hrastar, Pleteršek in Muha, 2011).

Danes naj ne bi predmet šport predstavljal le razvijanja gibalnih sposobnosti in telesnih značilnosti ter posredovanja športnih znanj, temveč naj bi bil tudi proces motivacije za ukvarjanje s športom in proces socializacije, v katero je vključeno razvijanje družbenih vrednot, norm, etičnih načel in vedenjskih vzorcev (Berčič, 2004).

Predmet je zasnovan tako, da spodbuja razvoj ključnih gibalnih sposobnosti in krepi telesne zmogljivosti. Namenjen je otroku oziroma mladostniku in družbi.

Po obliki pojem šport delimo na:

- športna vzgoja (sodobno predmet šport) v okviru rednega izobraževalnega sistema (predšolskega, osnovnošolskega, srednješolskega, visokošolskega);
- posebna športna vzgoja za otroke s posebnimi potrebami in zdravstveno ogroženo mladino;
- športna rekreacija (šport za vse) za vsa življenjska obdobja (izvajajo jo posamezniki, športna društva, klubi);
- tekmovalni šport (pionirski, mladinski, članski);
- vrhunski šport (Bizjan, 1999).

Z razumevanjem vplivov športa na življenje in s tem na dobro počutje ter z oblikovanjem pozitivnih vrednot lahko pomagamo mladim/otrokom izoblikovati lastno samopodobo na področju doživljanja in dožemanja svojega telesa (Strel in Štihec, 1993; Horvat, 1994 v Kovač, Strel, Jurak, Bučar, Starc in Pajek, 2004).

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Tabela 1: Program predmeta šport v prvem triletju osnovne šole

Program, obvezen za vse učence	Programi, ki jih mora šola ponuditi, vključevanje učencev je prostovoljno	Dodatni programi, ki jih šola lahko ponudi, vključevanje učencev je prostovoljno
<ul style="list-style-type: none"> - redni pouk - 315 ur oziroma 3 ure tedensko - 5 športnih dni na leto - 20-urni tečaj plavanja (v drugem ali tretjem razredu) 	<ul style="list-style-type: none"> - športne interesne dejavnosti - dopolnilni pouk 	<ul style="list-style-type: none"> - minuta za zdravje - športni popoldnevi, tečaji, šole v naravi, tabori oziroma druge integrirane oblike pouka - dodatni programi (Zlati sonček, Ciciban palnivec ...) - nastopi, prireditve, športna tekmovanja - športni oddelki

Redni športni vzgoji oziroma predmetu šport je letno namenjenih 105 ur rednega pouka in pet športnih dni. V drugem ali tretjem razredu je obvezen 20-urni tečaj plavanja. Šola mora ponuditi program športnih interesnih dejavnosti, športne vsebine pa naj bi bile vključene tudi v program jutranjega varstva in podaljšanega bivanja.

Z didaktičnega vidika naj bo program čim bolj pester; v prvem razredu naj prevladuje igra in naravne oblike gibanja, v drugem in tretjem razredu pa naj učitelj program postopno obogati z igrami z žogo in osnovnimi prvinami gimnastike in atletike (Kovač idr., 2004).

2.2 Namen predmeta šport

Šolska športna vzgoja je nenehen proces bogatenja znanja, razvijanja sposobnosti in lastnosti. Je pomembno sredstvo za oblikovanje otrokove osebnosti in medosebnih odnosov. Z redno in kakovostno športno vadbo prispevamo k biopsihosocialnemu razvoju otroka in odpravljamo negativne učinke sedenja in drugih nezdravih navad. Ob sprotni skrbi za zdrav razvoj otroka vzgajamo in učimo, da je gibanje pomembno vse življenje. Z zdravim načinom življenja bo tako lahko skrbel za dobro počutje, svoje zdravje, vitalnost in življenjski optimizem (Kovač, idr. 2011).

Kakovostna izvedba in obseg gibalne/športne aktivnosti v šoli imata odločilen pomen za razvoj populacije ter oblikovanje ustreznega, zdravega življenjskega sloga. Otroci so v program šolske športne vzgoje vključeni v obdobju, ko so za biološke prilagoditve in vzgojne

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

vplive gibalne/športne aktivnosti zelo dovzetni. Programi so dolgotrajni, saj trajajo ves čas šolanja in zajemajo vse generacije otrok in mladine. Poleg tega šolsko okolje večinoma ponuja najnujnejšo infrastrukturo (telovadnice, igralnice itd.) za uspešen pedagoški proces (Škof idr., 2005).

Načela športa:

- **Načelo vzgojnosti:** otroke navajamo na pravilen odnos do predmeta šport in do gibanja. Zavedamo se, da sta naša osebnost in zgled najmočnejše vzgojno sredstvo.
- **Načelo varnosti:** že pred vstopom v telovadnico se z otroki pogovorimo o redu in disciplini, poudarimo pomen varnosti in tudi sami med urami poskrbimo za kar največjo mero varnosti. Ne pozabimo na odmor med vadbo.
- **Načelo nazornosti:** ko poučujemo in demonstriramo, se postavimo tako, da nas bodo videli vsi otroci. Izražamo se kratko, razumljivo, jedrnato in dovolj glasno. Demonstracija mora biti izvedena s primerno hitrostjo in tehnično pravilno.
- **Načelo postopnosti:** postopnost določajo tri pravila: od lažjega k težjemu, od znanega k neznanemu in od enostavnega k sestavljenemu.
- **Načelo praktične uporabnosti:** naloge in vaje, ki smo jih pripravili za učno uro, koristijo otrokom in ne učitelju. Izogibajmo se monotoniji. Še preden se otroci lahko naveličajo naloge, spremenimo način vadbe, igro, število otrok v skupini, orodja, rekvizite ...
- **Načelo upoštevanja individualnih potreb** (individualizacija): upoštevanje posameznikovih potreb zahteva od učitelja takšno izbiro vaj, metod in oblik, da bodo posamezniki lahko pri tem odpravljali individualne pomanjkljivosti. To načelo od učitelja zahteva, da s preverjanjem zmogljivosti ugotovi individualne slabosti in potrebe (Lomšek – Macura in Vajngerl, 1999).

Pri predmetu šport si v šoli torej prizadevamo, da s svojimi cilji, vsebinami in metodami dela prispevamo k biopsihosocialnemu razvoju mladega posameznika. Šport ga usposobi in vzgoji, da bo v zrelih letih bogatil svoj prosti čas na športen in zdrav način ter s tem skrbel za svoje dobro počutje, vitalnost in zdravje (Kristan, Cankar, Kovač in Praček, 1992).

2.3 Cilji predmeta šport

O uspešnosti športne vzgoje lahko govorimo takrat in zlasti tam, kjer programi temeljijo na vsebinah in pedagoških strategijah, ki uresničujejo vse temeljne naloge in resnično prispevajo k razvoju vzorcev življenja (Škof idr., 2005).

Učitelj sledi naslednjim splošnim izhodiščem:

- športna vzgoja/šport je sredstvo celostnega razvoja otrok in mladostnika,
- spoštuje načelo enakih možnosti za vse učence in upošteva njihovo različnost in drugačnost,

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- pedagoški proces vodi tako, da bo vsak učenec uspešen in motiviran,
- učno-ciljna naravnost učnega načrta dopušča določeno stopnjo avtonomije šole in učitelja, a hkrati zahteva prevzem strokovne odgovornosti za ustrezno izbiro vsebin, učnih metod in oblik ter organizacijskih pristopov,
- načrtno spremlja in vrednoti učenčev razvoj in dosežke ter ga spodbuja k redni športni dejavnosti,
- igra kot vir sprostitve in sredstvo vzgoje naj bo vključena v vsako uro športne vzgoje,
- spodbuja učence k humanim medsebojnim odnosom in športnemu obnašanju,
- posebno skrb naj nameni nadarjenim za šport in učencem s posebnimi potrebami,
- povezuje športno dejavnost z drugimi predmetnimi področji,
- pri delu uporablja informacijsko-komunikacijsko tehnologijo,
- spoštuje predpisane standarde in normativna izhodišča ter poskrbi za varnost pri vadbi (Kovač, Jurak in Strel, 2003).

2.3.1 Splošni cilji

Splošni cilji so vodila oziroma usmeritve učitelju za poučevanje, operativni cilji pa izhajajo iz splošnih in posebej poudarjajo sozvočje med razvojem gibalnih sposobnosti, pridobivanjem raznovrstnih športnih znanj, spoznavnimi in psihosocialnimi razsežnostmi otroka. V procesu poučevanja se cilji največkrat med seboj prepletajo (Kovač, Jurak in Strel, 2003).

S športom, usmerjenim v

- zadovoljitev učenčeve prvinske potrebe po gibanju in igri,
- posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti,
- pridobivanje številnih in raznovrstnih gibalnih spretnosti ter športnih znanj,
- čustveno in razumsko dojetje športa

uresničujemo splošne cilje v osnovnošolskem programu:

- ustrezna gibalna učinkovitost in oblikovanje zdravega življenjskega sloga:
 - skladna telesna in gibalna razvitost, pravilna telesna drža,
 - zavesten nadzor telesa pri izvedbi položajev in gibanj,
 - zdrav način življenja (ustrezna telesna nega, kondicijska pripravljenost in pravilna in zdrava prehrana, razbremenitev in sprostitev, odpornost proti boleznim, sposobnost prenašanja naporov, nevtralizacija negativnih učinkov sodobnega življenja),
- usvajanje spretnosti in znanj, ki omogočajo sodelovanje v različnih športnih dejavnostih:
 - seznanjanje z varnim in odgovornim športnim udeleževanjem,
 - spodbujanje gibalne ustvarjalnosti,
- razumevanje koristnosti rednega gibanja in športa ter njune vloge pri kakovostnem preživljanju prostega časa,
- pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika:
 - zadovoljstvo ob gibanju, premagovanje naporov in doseganju osebnih ciljev,

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- krepitev zdravega občutka samozavesti in zaupanja vase,
- oblikovanje pristnega, čustvenega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave ter okolja kot posebne vrednote,
- oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev:
 - spodbujanje medsebojnega sodelovanja, strpnosti in sprejemanja drugačnosti, razvoj zdrave tekmovalnosti in spoštovanje športnega obnašanja.

Primerno izbrane vsebine, ustrezne učne metode in oblike ter individualno postavljanje doseganja ciljev naj omogočajo, da se učenci ob športnem udejstvovanju počutijo prijetno, se psihično sprostijo, hkrati pa osmislijo in bolje razumejo šport. Učenci si oblikujejo stališča in vrednotni odnos do športa kot kulturne sestavine človekovega življenja in enega najpomembnejših dejavnikov zdravega življenjskega sloga (Kovač idr., 2011).

2.3.2 Operativni cilji in vsebine

Operativni cilji so opredeljeni po vzgojno-izobraževalnih obdobjih in so razdeljeni v štiri skupine, ki poudarjajo:

- ustrezno gibalno učinkovitost (telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti),
- usvajanje temeljnih gibalnih spretnosti in športnih znanj, ki omogočajo varno in odgovorno sodelovanje v različnih športnih dejavnostih,
- razumevanje pomena gibanja in športa,
- oblikovanje stališč, navad in načinov ravnanja ter prijetno doživljanje športa.

Cilje učitelji uresničujejo skozi različne vsebine, ki se nadgrajujejo iz razreda v razred (Kovač, idr. 2011).

2.4 Vsebina predmeta šport

Podajanje teoretičnih vsebin pri predmetu šport je novost, ki pred razredne učitelje postavlja nove naloge, ki naj jih učitelj posreduje pri uri športa, preverjanje in utrjevanje znanja pa lahko izvaja tudi v sklopu medpredmetnih povezav, v času podaljšanega bivanja, šole v naravi ali športnega dne (Štemberger, 2004).

2.4.1 Teoretične vsebine pri športu

S pomočjo teoretičnih vsebin v učnem načrtu in ob učiteljevem posredovanju pri praktičnem delu učenci osmislijo in bolje razumejo šport. V učnem načrtu za šport (športno vzgojo) na vseh ravneh šolanja so teoretične vsebine razdeljene na:

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- **splošne teoretične vsebine**, ki so v osnovnošolskem učnem načrtu predstavljene ob koncu vsakega vzgojno-izobraževalnega obdobja. Z njimi učenci usvojijo splošna znanja;
- **specifične teoretične vsebine**, predstavljene pri posameznem športu v vsakem vzgojno-izobraževalnem obdobju osnovne šole. Z njimi učenci usvojijo specifična znanja (Kovač in Jurak, 2010).

V učnem načrtu (Kovač, idr. 2011) so med vsebinami in med cilji zapisane tudi teoretične vsebine, ki jih mora učitelj posredovati učencem, ti pa naj bi jih usvojili. Štemberger (2004) pravi, da so te pomembne, ker otrok odgovor na vprašanje, **KAKO** izvesti posamezno nalogo pri športu, največkrat vidi (ob ustrezni demonstraciji, ki jo spremlja še ustrezná razlaga), velikokrat pa ne dobi odgovora na vprašanje **ZAKAJ** nekaj dela, zakaj je pomembno, da se tudi v prostem času ukvarja s športom.

Za najboljši celostni razvoj otrok so v prvem triletju najprimernejše dejavnosti, ki ustvarjajo široko podlago splošnega znanja in jih lahko nadgrajujemo v različna specifična športna znanja. Učitelj naj izbira vsebine, s katerimi otroci razvijajo predvsem koordinacijo gibanja, ravnotežje, natančnost, moč in gibljivost. Izbrane vsebine naj posreduje skladno z metodičnimi postopki, ki so uveljavljeni v stroki. Izbiro nalog in obremenitev naj prilagaja zmoglostim učencev, določa pa naj jih na podlagi opazovanja in merjenja razvojnih značilnosti in gibalne učinkovitosti učencev (Kovač, Jurak in Strel, 2003).

Teoretične vsebine naj učitelj podaja sproti, med uro športa, ob posredovanju športnih znanj. Predvsem v prvem triletju so te vsebine zelo enostavne, še vedno pa je pomembna uporaba ustrezne terminologije. Znanje se iz razreda v razred oziroma iz triletja v triletje nadgrajuje in pogloblja. Učenci tako najprej usvajajo temeljna znanja, na podlagi katerih se potem gradi kompleksnejše oziroma bolj specifično gibalno znanje (Kovač, Strel in Jurak, 2004a).

Ne le tip učitelja, tudi njegova vrednotna usmerjenost poučevanja izhaja iz njegovih prepričanj, stališč in vrednot. Vrednotna usmerjenost je opredeljena s prioritetskimi področji učitelja v pedagoškem procesu. Med drugim gre za to, katerim ciljem poučevanja bo dal večji poudarek, kako bo izbral vsebine in poti do zastavljenih ciljev. Učitelj mora imeti dve osnovni pristojnosti, in sicer izobraževalno in vzgojno. Prva se nanaša predvsem na znanja, ki izhajajo iz znanstvenih spoznanj, druga pa na njegove vrednote in prepričanja, obe pa sta odvisni od njegove osebnostne strukture; hkrati je tudi ta pod vplivom njegovega znanja in vrednot (Škof, 2005).

Gibanje človeka je v veliki meri odvisno od njegovih gibalnih sposobnosti pa tudi od njegovih značilnosti in gibalnih znanj oziroma spretnosti. **Sposobnosti** so naravne danosti človeka, ki so odvisne od delovanja različnih upravljaljskih sistemov v telesu in se kažejo v zmoglosti, da izkoristimo potencialne pri doseganju zastavljenih ciljev. **Značilnosti** so tisti elementi, ki opredeljujejo videz človeka ter njegove reakcije na okolje in od katerih je odvisna samopodoba ter učinkovitost v izbrani gibalni dejavnosti. Gibalne **spretnosti** pa predstavljajo z vadbo pridobljene gibalne vzorce, katerih izvedba temelji na sposobnostih in značilnostih človeka (Pistotnik, 2011). Gibalne sposobnosti so tesno povezane z otrokovimi

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

funkcionalnimi sposobnostmi in zdravstvenim stanjem, njegovim mentalnim in socialnim razvojem. Na tej stopnji vplivajo na pojmovanje samega sebe in na razvoj vrstniških odnosov. Tisti, ki ne doživljajo uspešnosti, se radi izognejo tem dejavnostim in to jih lahko zaznamuje za vse življenje. Učenec ima v zvezi z ukvarjanjem s športom dve pomembni potrebi: potrebo po zabavi, ki vključuje potrebo po spodbudi, in potrebo, da se počuti cenjenega (Vauhnik, Kovač, Cankar, Šubelj, Slana & Slana, 1991)

Gibalne sposobnosti so v določeni meri prirojene, lahko pa so tudi pridobljene. Prirojene so posamezniku z rojstvom dane zasnove, ki jih lahko presežemo le z ustrezno gibalno aktivnostjo oziroma s treningom. Klasična delitev gibalnih sposobnosti je nastala na osnovi izkustvenih spoznanj. Obstajale naj bi štiri osnovne gibalne sposobnosti: moč, hitrost, spretnost in vzdržljivost (Pistotnik, 2011).

Za pomoč pri gibalnem razvoju se v športu uporabljajo različna sredstva, s katerimi lahko vplivamo na vadečega, da dosežemo pozitivne spremembe v njegovem telesu. Z njimi skušamo vplivati predvsem na razvoj gibalnih sposobnosti in izboljšanje spretnosti. Osnovna sredstva, ki se uporabljajo v ta namen, so:

Naravne oblike gibanja (NOG) predstavljajo gibanja, ki jih je človek razvil in usvojil skozi razvoj. Z njihovo pomočjo se je človek ohranil kot vrsta in se razvil do današnje stopnje. Za to obliko gibanj je značilno, da jih zasledimo na celotni razvojni poti človeka in so v največji meri vplivala na oblikovanje človeka kot vrste, ko je bil še v tesnejšem stiku z naravo in jih je potreboval za preživetje. Danes pa jih človek ne potrebuje več za preživetje, temveč so to gibanja, ki človeku omogočajo kakovostnejše življenje, saj pomagajo pri ohranjanju zdravja in dvigu delovne sposobnosti. Delijo jih v dve temeljni skupini:

Lokomocije oziroma pedipulacije so vsa premikanja človekovega telesa v prostoru, manipulacije pa zajemajo opravljanje osnovnih gibalnih operacij s posameznimi deli telesa, pri čemer je v prvi vrsti mišljeno delo z rokami, lahko pa tudi z nogami, glavo in trupom.

Osnovne lokomocije so plazenja in lazenja, hoja in tek, plezanja, skoki ter padci.

Manipulacije danes predstavljajo bolj zapletene gibalne operacije s telesnimi deli. V glavnem so povezane z rokovanjem z različnimi predmeti ali z opravljanjem različnih dejavnosti s posameznimi telesnimi deli. V športu se najpogosteje pojavljajo kot prijemi, meti in lovljenje predmetov ter udarci in blokade udarcev (Pistotnik, 2011). Lahko se pojavljajo tudi kot sestavljena gibanja, najpogosteje kot potiskanja in vlečenja ter dvigovanja in nošenja.

Naravne oblike gibanj se v posameznih delih vadbene enote lahko uporabijo za ogrevanje, razvoj gibalnih sposobnosti, pridobivanje in utrjevanje gibalnih znanj in psiho-fizično umiritev.

Elementarne igre so preproste igralne oblike s prilagodljivimi pravili – pravila se prilagajajo ciljem. Kot osnovna gibanja se v njih uporabljajo naravne oblike gibanja, same igre pa izhajajo iz igralnih oblik, ki jih je človek uporabljal v svojem razvoju kot pripravo za preživetje. V teh igrah je zmaga le motivacijsko sredstvo za doseg zastavljenega cilja, z

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

njihovo pomočjo pa se razvijajo in dopolnjujejo tudi gibalne kvalitete človeka. Prav zato lahko elementarne igre uporabimo v vseh delih vadbene enote. Poleg razvoja gibalnih sposobnosti so elementarne igre izvrstno sredstvo za oblikovanje in utrjevanje že pridobljenih gibalnih znanj oziroma spretnosti (Pistotnik, 2011).

V posameznih delih vadbene enote se lahko uresničujejo naslednji cilji: ogrevanje, razvoj gibalnih sposobnosti, pridobivanje in utrjevanje gibalnih znanj ter umirjanje. V ogrevalnem delu se najpogosteje uporabljene kot tekalne igre, skupinski teki z menjavo mest in lovljenja. V glavnem delu vadbene enote, ki so namenjene razvoju gibalnih sposobnosti in utrjevanju gibalnih znanj, se glede na nekatere skupne značilnosti delijo v tri skupine: štafetne igre, moštvene in borilne. V zaključnem delu, ki je namenjen umiritvi vadečih, morajo imeti elementarne igre ravno nasprotno značilnosti kot v pripravljalnem delu, zato mora biti dinamika gibanja majhna, velike mišične skupine se v večji meri ne vključujejo v gibanje, dihalni in krvožilni sistem ne smeta biti obremenjena v večji meri, prav tako igre vadečih ne smejo preveč čustveno vzbujati. Za umiritev duha in telesa se tako v elementarne igre v zaključnem delu vadbene enote uvrščajo igre natančnosti, igre ravnotežja, igre orientacije v prostoru ter igre hitre odzivnosti (Pistotnik, 2011).

Športne igre so se razvile iz elementarnih iger, od katerih se razlikujejo po tem, da imajo točno določena pravila, ki so običajno mednarodno ali vsaj regionalno priznana. Vsi udeleženci zato natančno vedo, kako igra poteka in je ne morejo prilagajati svojim potrebam. Za doseg cilja oziroma za zmago morajo imeti udeleženci že razvite gibalne sposobnosti na osnovnem nivoju, prav tako morajo obvladati osnovne elemente tehnike in taktike, ki so v izbrani igri potrebni. Športne igre lahko uporabljamo le v glavnem delu vadbene enote, med njih pa sodijo košarka, odbojka, nogomet, tenis, ragbi ipd.

Igra otrokom omogoča medsebojni stik in povezovanje (Jurak, 1999). S tem se strinja tudi Pistotnik (2011), ki pravi, da igre vsebujejo nek specifični naboj, ki vadeče motivira na tak način, da so se za njihovo izvedbo običajno pripravljani maksimalno potruditi. Igre so pomembno sredstvo športne vadbe, so bistvo športne vzgoje (Vauhnik, Kovač, Cankar, Šubelj, Slana & Slana, 1991).

Gimnastične vaje so smotrno sestavljene gibalne naloge, ki imajo lokalni vpliv na telo vadečega. To so sistematično izbrani gibi telesnih delov, s katerimi skušamo vplivati na izbrane predele telesa. Definicija poudarja predvsem dva bistvena elementa izvedbe gimnastičnih vaj, ki ju moramo upoštevati za doseg izbranih ciljev: upoštevanje časovnih (ritem, tempo) in prostorskih (ravnina, razpon) elementov gibanja (Pistotnik, 2011).

Po Kristanu (1992) je potrebno pravilno vrednotenje gimnastičnih vaj in njihova umestitev v druge telesne vaje. Ena izmed najpomembnejših značilnosti gimnastičnih vaj je možnost lokaliziranja učinka vadbe na telo vadečega, kar pomeni, da se s posamezno gimnastično vajo lahko natančno vpliva na določen sklep ali mišično skupino. Prav tako pa velja upoštevati, da pri večini gimnastičnih vaj lahko izredno natančno določamo stopnjo obremenitve pri vadbi.

V procesu športne vadbe se gimnastične vaje lahko uporabljajo pri ogrevanju, za razvoj nekaterih gibalnih sposobnosti ter za sprostitev (Pistotnik, 2011).

2.5 Poučevanje predmeta šport

Vstop v šolo predstavlja za vsakega otroka poseben poseg v njegovo življenje. Način dela v šoli, sedenje v klopi več ur dnevno, premalo časa za gibanje in sprostitev, neprimerni prostori za izvedbo športne vzgoje in neprilagojeni športni pripomočki predstavljajo vrsto omejitev za gibalni razvoj otroka. Posledica tega je nakopičena energija, ki jo otroci težko potrošijo, zato je pomembno, da jim učitelji zagotovijo čim več pestrih gibalnih spodbud.

Med šestim in desetim letom se telesna rast upočasni, poveča se rast mišic. Izjemna sposobnost za razvoj koordinacije in ravnotežja, sposobnost sprejemanja skupinskih navodil in skupnega sodelovanja predstavljajo ustrezne pogoje za športno vadbo, ki naj na igriv način vodi otroka od vzpostavljanja temeljnih gibalnih vzorcev do spoznavanja osnov posameznih športov, med katere med drugim sodi tudi gimnastika (Kovač, Jurak in Strel, 2003).

Zakon o osnovni šoli (Ur. I. RS, št. 12/1996, 81/2006) v 38. členu določa, da v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju vse predmete poučuje razredni učitelj skupaj z vzgojiteljem. Pri poučevanju predmeta šport lahko sodeluje z učiteljem za šport.

Učni načrt je vsebinsko zasnovan tako, da v prvem triletju poudarja osnovni športni program, ki ga otroci spoznajo skozi igro. Z njo otroci razvijajo gibalne sposobnosti, izboljšujejo orientacijo v prostoru, situacijsko mišljenje in iznajdljivost. Igra je pomembna tudi za socializacijo, saj otroke navaja na delo v skupini, na spoštovanje in upoštevanje pravil ter uči medsebojnega sodelovanja.

Kakovost učiteljevega dela se kaže predvsem v njegovem sistematičnem in premišljenem načrtovanju vsebin, ciljev in didaktičnih korakov, ki jih prilagodi skupini učencev.

Ustrezno načrtovanje vzgojno-izobraževalnega dela je eno temeljnih vodil učiteljevega dela. Učno-ciljno načrtovanje pouka zahteva prožnejšega učitelja, ki je sposoben razmišljati drugače, išče različne načine za doseganje ciljev, zna izbrati primerne učne vsebine, metode in oblike dela ter neprestano stremi k prilagajanju strategijam poučevanja in okoliščinam (Kovač, Strel in Jurak, 2004c). H kakovostnemu pouku športa tako pripomoreta upoštevanje različnih didaktičnih priporočil in uresničevanje ciljev predmeta.

Po mnenju Novak, Kovač in Čuk (2008) je osnova za učiteljevo načrtovanje nacionalni kurikulum z vzgojno-izobraževalnimi izhodišči in strategijami, ki so sprejete na državni ravni, uradni učni načrt in spremljajoči izvedbeni dokumenti. Uradni učni načrt predstavlja prvo, temeljno raven načrtovanja.

Spremembe v družbi, drugačni pogledi na šolstvo in šolsko športno vzgojo (predmet šport), upoštevanje otrokovih razvojnih značilnosti in potreb narekujejo spremembe pri postavljanju ciljev in izboru učne vsebine, predvsem pa zahtevajo različne in drugačne prijeme učitelja. V prvem triletju zato učitelj sledi predvsem naslednjim izhodiščem (Kovač in Strel, 1997, v Kovač, Jurak in Strel, 2003):

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- igra kot vir sprostitve in sredstvo vzgoje mora biti prisotna pri vsaki uri športa,
- spoštujemo načelo enakih možnosti za vse učence in upoštevamo njihovo različnost,
- pedagoški proces vodimo tako, da bo vsak učenec uspešen in motiviran,
- načrtno spremljamo in vrednotimo otrokove dosežke ter ga spodbudimo k športni dejavnosti,
- učno-ciljna naravnost učnega načrta dopušča določeno stopnjo avtonomije šoli in učitelju glede na različnost otrok, materialne in kadrovske možnosti, tradicijo kraja ter podnebne pogoje, sočasno pa zahteva prevzem strokovne odgovornosti za ustrezno izbiro vsebin, metod in oblik dela,
- načrtno spodbujamo otroke k humanim medsebojnim odnosom,
- posebno skrb namenjamo otrokom s posebnimi potrebami in nadarjenimi za šport,
- športno dejavnost povezujemo z drugimi učnimi predmeti,
- spoštovati moramo predpisane standarde in normativna izhodišča ter poskrbeti za varnost pri vadbi.

Glede na pomen posameznih dejavnikov lahko govorimo o učitelju kot raziskovalcu in učitelju kot menedžerju.

Kemmis in McTaggart (1988) sta postavila tezo, da nove ideje niso dovolj za splošen napredek vzgoje in izobraževanja. Vzgojno-izobraževalna praksa se mora ves čas spreminjati, da bo lahko zagotovljen napredek, zato je učitelj kot raziskovalec. Raziskovalna vloga pa ni pomembna zgolj za izboljšanje praktičnega dela, temveč tudi za izboljšanje delovnega okolja in razumevanja lastnega delovanja.

Na drugi strani pa Škof idr. (2005) govorijo o učitelju kot menedžerju, vodji, oskrbovalcu dobrih odnosov, motivatorju. Tudi Kroflič (1997) ugotavlja, da mora učitelj za uspešno izobraževanje v razredu najprej urediti osnovna vzgojna vprašanja. Za spodbujanje otrok k sodelovanju, k pripravljenosti vlaganja navora, za motiviranost in samostojnost je potrebna predvsem močna čustvena vez med učiteljem in učenci.

Uspešen učitelj-vodja s pristno avtoriteto je lahko le človek z značajem (Gough, 2003, v Škof, 2005). Človečnost je najpomembnejša človeška lastnost, ki vsebuje vse bistvene socialne, moralne in kulturne vrednote. Spoštovanje vrednosti in dostojanstva človeka, priznavanje svobode in drugačnosti, zaupanje v njegove ustvarjalne sposobnosti in dobre namene ter videnje človeka v pozitivni luči, skratka, razumevanje drugega in biti razumljen je sestavni del humanosti, ki je pomemben del učiteljevega značaja (Strmčnik, 2001).

2.6 Pomen športa

Gibanje in šport sta za človeka pomemben vir zdravja. Sodelovanje v različnih športnih dejavnostih lahko pospešuje ali povečuje socialno integracijo, kulturno toleranco, razumevanje etike in spoštovnje okolja, kar ima vse večji pomen med mladimi (Fras, 2002, v

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Videmšek in Pišot, 2007). Šport krepi čustvenost, samozavest, odločnost in tekmovalnega duha ter daje posamezniku zadovoljstvo.

Šport je primarna potreba otroka. V otrokovem razvoju zavzema eno najpomembnejših področij in če otrok to potrebo uspešno izpolnjuje, je zadovoljen, s tem pa se razvija v celostno osebnost. Strokovnjaki so ugotovili, da zamujenega v zgodnjem otroštvu kasneje ne moremo nadomestiti in nadoknaditi (Videmšek, Strah in Stančevič, 2001).

Eno osnovnih izhodišč športne vzgoje je zagotoviti uspešnost in motivirati vse učence. Da bi učitelj lahko to dosegel, mora upoštevati različnost otrok. To stori tako, da postavi individualne cilje oziroma standarde znanja, ki naj bi jih učenec dosegel, torej prilagaja vsebine in določa obremenitve za vsakega učenca posebej. Pri izbiri vsebin in načinov dela naj učitelji posebno pozornost namenijo prvemu razredu, pri tem pa morajo upoštevati razvojne posebnosti šestletnega otroka. Pri zagotavljanju uspešnosti in motivacije naj posebno skrb učitelji namenijo učencem z nižjo stopnjo prirojenih gibalnih sposobnosti in s tem povezano slabšo gibalno učinkovitostjo. Šibke gibalne sposobnosti so večkrat povezane s telesno zgradbo, s povečano količino podkožnega maščevja. Takšni učenci so še posebej potrebni igre in gibanja, pozitivnih spodbud in prilagajanja (Kovač, Jurak in Strel, 2003).

Predmet šport je za veliko število otrok v obdobju osnovnega šolanja edina organizirana oblika športne aktivnosti, zato mora biti načrtovan in izveden kar najbolj strokovno (Pogorelčnik in Štemberger, 2011).

Šport ima za otroke izjemen pomen (Jambrešič, 2003):

- Ukvarjanje s športom zadovoljuje otrokove potrebe po gibanju.
- S športom prispevamo k ohranjanju in krepitvi otrokovega zdravja, še posebej, če so športne aktivnosti izvedene v naravi.
- Šport vpliva na otrokove duševne in čustvene sposobnosti ter tudi na pozitivne odnose v družini.
- Šport lahko pripomore k boljši ustvarjalnosti in estetskemu izražanju.
- Z gibanjem se lahko povečajo sposobnosti, kot so zbranost, hitrost odzivanja in nadzor nad samim seboj.
- Gibanje v naravi budi ljubezen, pristen in spoštljiv odnos do narave in njene okolice.
- S športom prispevamo k večji sproščenosti, kar je med drugim pomembno tudi za duševni in socialni razvoj.
- V igri z vrstniki otrok občuti radost in veselje.
- S predmetom šport načrtno in organizirano vplivamo na otrokov motorični razvoj in sposobnosti (koordinacija, moč, hitrost, preciznost, ravnotežje in gibljivost).
- Otrok z gibanjem spoznava različne pojave v življenju: na sprehodih spoznava promet, v različnih gibalnih nalogah spoznava svoje telo, lastne gibe, različne vrednote (spoštovanje, vztrajnost ...) in tako prispeva k oblikovanju lastnega značaja.
- Skozi igro otrok uresničuje svoje lastne potrebe in želje.
- Postopoma začne spoznavati in osvajati različne osnovne prvine športnih zvrsti (od splošne telesne vadbe do plavanja, smučanja, rolanja, kolesarjenja ...).

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- Športna dejavnost je pomemben dejavnik družinske integracije.

Športna vzgoja pomembno vpliva na celostni razvoj mladih ljudi. Škof idr. (2005) pravijo, da moderni učni načrti za šport različnih evropskih držav (in tudi naš) celostni vpliv športne vzgoje opredeljujejo z uresničevanjem štirih temeljnih nalog:

1. Razvoj psihomotorične učinkovitosti otrok in mladine: skrb za razvoj motoričnih sposobnosti ter širjenje praktičnih in teoretičnih športnih znanj.
2. Razvijanje pozitivne samopodobe otrok in mladine: vsebine ponujajo številne priložnosti za krepitev samozaupanja, pozitivnih vrednost, motivacije in pozitivnih čustev.
3. Socializacija: spodbujanje pozitivnega vedenja skozi športne aktivnosti, moralnosti in etičnosti, spoštovanje nasprotnikov in različnosti.
4. Skrb za kondicijo in zdravje: z ustreznimi vsebinami šport skrbi za optimalno psihofizično stanje mladine in jim skuša s pozitivnim odnosom do teh vsebin privzgojiti zdrav življenjski slog.

O uspešnosti športne vzgoje lahko govorimo takrat in zlasti tam, kjer programi temeljijo na vsebinah in pedagoških strategijah, ki uresničujejo vse temeljne naloge in prispevajo k temu, da bo v življenju mladostnika edino pravo vodilo kakovost življenja in z njo povezana redna športna aktivnost, ki se nadaljuje tudi v odraslosti (Škof idr., 2005).

2.7 Gimnastika

Gimnastika je individualna konvencionalna športna panoga, za katero so značilni anaerobni energijski procesi. Je oblika različnih telesnih vaj, katerih glavna značilnost je natančno izpolnjevanje časovnih in prostorskih elementov gibanja. Relativna moč, gibljivost, koordinacija in ravnotežje so prevladujoče gibalne sposobnosti. Število in težavnost posameznih elementov, ki jih športnik mora znati in jih na tekmovanjih skladno s predpisi tudi izvaja, kažeta na uspešnost v tem športu (Kolar, Kovač in Piletič, 2006; v Samardžija Pavletič, 2017). Cilj gimnastike je skladen telesni razvoj človeka in njegovih psihofizičnih sposobnosti (Novak idr., 2008).

Športna gimnastika in športno-ritmična gimnastika sta pomembni za razvijanje različnih gibalnih znanj in gibalnih sposobnosti. Z zelo raznolikimi gibalnimi vzorci sta nepogrešljiv del predmeta šport tako v predšolskem kot tudi v nižjih in višjih razredih osnovne šole (Bizjan, 1999). »Raznolikost gibanja, ki je značilna za gimnastiko in obvladovanje svojega telesa v gibanju, prispeva k širokemu vplivu gimnastike na razvoj gibalnih sposobnosti.« (Novak idr., 2008, str. 22)

Bizjan (1999) poudarja, da športna gimnastika z akrobatiko vpliva na razvoj splošne usklajenosti in koordinacije gibanja. Za uspešno izvedbo posameznih elementov je potrebna natančna mišična aktivnost z določeno intenzivnostjo v določenem času in prostoru, položaj

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

telesa se neprestano menja, zato je potrebna dobra orientacija v prostoru, gibljivost, vse vrste moči, ravnotežje in preciznost oziroma natančnost. Ker veliko gimnastičnih elementov od vadečega zahteva nekaj tveganja, je za vadečega pomembno, da zbere dovolj poguma in motivacije in da je pred izvedbo odločen in pripravljen premagati strah.

»Gimnastika je ena redkih športnih panog, kjer se gibanja izvajajo v vseh smereh – naprej, nazaj, gor, dol, levo, desno, z vrtenjem okoli vseh osi telesa – čelne, dolžinske in globinske, s sočasnimi in raznočasnimi delovanjem rok in nog ter leve in desne strani telesa, s centričnim in ekscentričnim delovanjem sil na telo.« (Novak idr., 2008, str. 22).

2.7.1 Gimnastične vsebine v učnem načrtu za športno vzgojo

Gimnastika je v učne načrte umeščena na vseh ravneh in oblikah šolanja, tako da je izbor ciljev, vsebin in standardov znanja prilagojen razvojni stopnji učencev (Kovač, idr., 2011).

Z gimnastiko se razvijajo vse gibalne sposobnosti, še najbolj pa gibljivost, ki je pomembna za vsakdanje življenje, še posebej gibljivost ramenskega obroča in trupa. Razlog za umeščenost gimnastike v učni načrt je tudi ta, da močno vpliva na zdravo rast in razvoj otrok. Njena vsebina ustreza splošnim in usmerjenim ciljem športne vzgoje (Novak idr., 2008).

Novak idr. (2008) še poudarjajo, da je gimnastika uvrščena v učne načrte zaradi mnogoštevilnih vplivov na zdravo rast in razvoj otroka in mladostnika. Na vseh orodjih mora vadeči premagovati silo teže lastnega telesa, zato s tem tudi na najbolj naraven način pridobiva moč, s ponavljajočimi gimnastičnimi vsebinami pa dobro razvija vzdržljivost v moči, ki je pomembna tudi pri drugih športih.

Prvo triletje osnovne šole je čas, ko je gimnastična vadba otroku v veselje in izziv. To je čas, ko lahko zaradi primerne razvitosti organizma in dojemljivosti živčnega sistema otrok izjemno hitro usvaja nove in raznolike gibalne vzorce, ki se shranjujejo v motoričnem spominu. Takrat je čas, da začnemo s sistematično gimnastično vadbo. Otroško telo je v tem času kot ustvarjeno za pridobivanje raznolikih gibalnih izkušenj in spretnosti, pri katerih je v ospredju obvladovanje lastnega telesa v najrazličnejših položajih in gibanjih (Novak idr., 2008).

V prvem izobraževalnem obdobju so v učnem načrtu za šport gimnastične vsebine razdeljene na:

- osnove akrobatike,
- skoke,
- vese in opore,
- vaje ravnotežja na ožji površini,
- ritmiko (ob glasbeni spremljavi).

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Tabela 2: Gimnastične vsebine v prvem triletju osnovne šole

(Kovač idr., 2011)

GIMNASTIČNE VSEBINE			
	1. razred	2. razred	3. razred
Praktične vsebine			
	Gimnastične vaje, tudi z različnimi pripomočki in ob glasbeni spremljavi.		
	Premagovanje orodij kot ovir.		
Osnove akrobatike	Valjanja, zibanja, poskoki v opori na rokah, stoja na lopaticah, preval naprej	Valjanja, zibanja, poskoki v opori na rokah, stoja na lopaticah, preval naprej	Valjanja, zibanja, poskoki v opori na rokah, stoja na lopaticah, preval naprej in nazaj. Premet v stran.
Skoki	Preskoki klopi, gredi z oporo rok. Naskok v oporo klečno ali čepno na skrinjo vzdolž (visoko do 80 cm).	Preskakovanje klopi, gredi. Naskok v oporo klečno ali čepno na skrinjo vzdolž (visoko do 100 cm).	
Vese in opore	Plezanje po letveniku, poševni klopi, zviralih, žrdi ipd.; koleb, prevlek.		
Vaje ravnotežja na ožji površini	Klop: plazenje, plezanje in hoja v različnih smereh, poskoki v različnih smereh, seskok stegnjeno.	Klop in nizka gred: plazenje, plezanje in hoja v različnih smereh, sonožni in enonožni poskoki v različnih smereh, enostavne drže, obrat sonožno, seskoki.	
Ritmika (ob glasbeni spremljavi)	Preskakovanje kolebnice, poskoki, različne enostavne drže.	Preskakovanje kolebnice, skoki, obrati, različne drže (razovka idr.).	
Teoretične vsebine			
Pojmi orientacije v prostoru	Naprej, nazaj, gor, dol, vstran, levo, desno.		
Poimenovanje osnovnih položajev	Ročenja, noženja, kloni, stoja, leža, sed, čep, klek, vesa, opora idr.		

Praktične vsebine pri gimnastiki delimo na osnove akrobatike, skoke, vese in opore, vaje na ožji površini ter ritmiko.

➤ Osnove akrobatike

Akrobatika je posebno primerna, koristna in zanimiva predvsem za mlajše učence. Težava je v tem, da je organizacijsko in didaktično zahtevna. Od učitelja zahteva precej znanja in izkušenj pri načrtovanju, veliko in neprekinjeno pozornost ter telesno aktivnost pri izvedbi dobre ure akrobatike. Prav je, da se pri izvedbi vsebinsko držimo osnovnih pravil, kot so:

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

ogrevanje, uporaba zaščitnih blazin, organizacija vadbe (primerna gostota in intenzivnost), postopnost pri izboru vaj, zagotovitev pomoči in varovanja.

➤ Skoki

Vadbo skokov in preskokov naj učitelj organizira tako, da bo vsak lahko uspešen. Učencev ne sme siliti v pretežke naloge, ki se jih bojijo. Pri samem preskoku je postopnost še posebej pomembna – gre za postopnost pri izbiranju nalog in orodja, na katerega ali preko katerega učenci skačejo, ter njegovi zaščiti. Pri preskokih je varovanje obvezno. S postopnim učenjem učenci pridobivajo gibalne izkušnje in občutke, ki so potrebni za kasnejše varne in samostojne skoke (kako hitro teči, kako naskočiti na pravi del deske, kako močno se odriniti, kako dvigniti boke, kako vzdrževati ravnotežje v opori ...).

➤ Ritmika

Pri urah športa, ki vključujejo ritmično gimnastiko, je kreativnost oziroma ustvarjalnost prvi pogoj za uspešno in na pogled zanimivo izvedbo ritmičnih sestav. Še posebej je ta komponenta poudarjena pri uporabi rekvizitov in glasbe. Pri fizičnem naporu se otroci psihično sproščajo še toliko bolj, kolikor bolj so ustvarjalni. Ritmika temelji na sproščenosti, čustvenem in umskem ravnovesju ter napaja učence z novo energijo (Novak, idr., 2008).

2.7.2 Načrtovanje pouka pri predmetu šport

Ker je gimnastika ena najpomembnejših vsebin, ki se pojavlja od začetka šolanja, od prvega razreda naprej, je učitelj vsekakor ne sme opustiti oziroma nadomestiti z drugimi vsebinami, čeprav organizacija zahteva veliko truda in znanja in je nudenje pomoči in varovanja za učitelja še kako naporno (Novak, idr. 2008).

Načrtovanje pa lahko poteka tudi na ravni šole. V tem primeru na šoli pripravijo letni delovni načrt (letna učna priprava), v katerem otrokom ponudijo različne interesne dejavnosti, med njimi tudi raznovrstno gimnastično vadbo, kot sta gimnastika in ritmična gimnastika, ki sta posebej primerni tudi za mlajše.

Letna učna priprava je del učiteljeve priprave na pouk. Gre za učiteljev dokument, ki predstavlja izvedbeno različico uradnega učnega načrta kot šolskega dokumenta. Načrtovanje letne učne priprave mora vsebovati načrtovanje ciljev, vsebin, izbire metod in vrednotenje. Svojo letno učno pripravo učitelj pripravi na podlagi veljavnega učnega načrta in za tisti razred oziroma oddelek, ki ga poučuje. Pri tem mora upoštevati posebnosti šole in učencev, ki jih poučuje. Skladno z navodili veljavnega učnega načrta se učitelj sam odloči, kolikšen del časa bo posvetil določenim vsebinam.

Učna priprava vsebuje vsebinski zapis priprave na posamezno učno uro oziroma vadbeno enoto z:

- opredelitvijo značilnosti ure;
- cilji;

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- vsebinami, s katerimi bomo uresničevali zastavljene cilje;
- dejavnostmi, ki učence vodijo k zastavljenim ciljem;
- načrtom didaktične izvedbe pouka;
- opredelitvijo organizacije;
- opredelitvijo obremenitve učencev;
- opredelitvijo pripomočkov in izobraževalne tehnologije.

Učna priprava vsebuje glavo priprave, v kateri so zapisani podatki o učni uri, temeljno vsebino in stopnjo učnega procesa, zapisana je taksonomska opredelitev ciljev, izbira učnih metod in oblik dela ter orodja in pripomočki. Deli se na tri dele, in sicer na pripravljalni, glavni in sklepni oziroma zaključni del.

V prvem triletju osnovne šole je učni načrt zasnovan tako, da vsebuje elemente gimnastike, ki sodijo v sklop gimnastične abecede. Poleg tega je priporočljivo, da otroci različne vsebine spoznavajo skozi igro. Ta otroka spodbuja k aktivnejšemu gibalnemu izražanju, kar pomembno vpliva na otrokov doživljajski svet. Z igro otroci izboljšujejo svoje gibalne sposobnosti, kamor sodi tudi orientacija v prostoru (Novak idr., 2008).

2.7.3 Pomen in vpliv gimnastike na otrokov razvoj

Sodobni način življenja pomeni tudi pretežno sedeč položaj, ki ni usmerjen v vrednoto lastnega obvladovanja telesa, kar se odraža tudi v povečani telesni teži, ki jo lahko opazimo že pri mlajših otrocih, in izrazitem zmanjševanju moči rok in ramenskega obroča ter splošni vzdržljivosti (Novak idr., 2008).

Pravilna drža in skladno gibanje sta izjemno pomembna v vsakdanjem življenju. »Zaradi svojega prispevka h krepitvi mišic in razvijanju gibljivosti lahko trdimo, da celoten gimnastični program ugodno vpliva na pravilno držo.« (Novak idr., 2008, str. 87) Pravilna drža pa je temeljni pogoj za obvladovanje ravnotežja položajev.

Otroke sistematično navajamo na lepe, estetske drže, ki morajo biti primerne za otroke v tem starostnem obdobju. Z držami privzgamemo občutek za zanesljivo, tehnično pravilno in estetsko držo telesa, glave in rok (Vajngerl in Lomovšek-Macura, 1999).

Eden najpomembnejših ciljev športa je razvoj zavestnega nadzora telesa, ki ga brez gibalnih sposobnosti ne moremo razviti. Posledično se z izvajanjem gibanja vzdržuje oziroma povečuje gibalna učinkovitost (Novak idr., 2008).

2.7.4 Skrb za varnost in varovanje

V prostočasni športni dejavnosti je vsak posameznik odgovoren za svoja dejanja in odločitve, ki odražajo skrb za varnost in lastno zdravje. V organiziranih dejavnostih, posebej če so

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

obvezne, med katere spada tudi predmet šport, pa je skrb za varnost predvsem odgovornost učitelja. Učitelj mora poskrbeti za vse dejavnike, ki bi lahko ogrožali vadeče in tako v danih okoliščinah čim bolj zmanjšati tveganje, njegova naloga pa je tudi, da jih nauči varnega ukvarjanja s športom ter prepoznavanja nevarnosti tudi v njihovem prostem času (Kovač in Jurak, 2012).

Pri predmetu šport moramo posebno pozornost nameniti prav varnosti. Učitelj mora poznati objektivne in subjektivne nevarnosti pri izpeljavi športnega programa. Nevarnost za poškodbe v teh primerih izhaja iz subjektivnih in objektivnih razlogov, z varnostjo prostorov in opreme pa so povezani predvsem objektivni dejavniki, ki jih je mogoče vnaprej predvideti, odstraniti ali nevtralizirati. Med najbolj pogoste objektivne nevarnosti sodijo:

- **neprimeren prostor** (premajhen prostor za izpeljavo določenih vsebin, slaba osvetlitev, neprimerna toplota, drseča ali mokra tla, slaba prezračevnost prostora, pesek ali druge ovire na zunanjih igralnih površinah, pregloboka voda v bazenu ipd.);
- **naprave, orodja in pripomočki**, ki niso primerni glede na **razvojno stopnjo otrok**;
- poškodovane in/ali nevzdrževane naprave, orodja in pripomočki;
- neprimerna postavitve naprav, orodij in pripomočkov (ni zavarovano, npr. ni dodatnih blazin pod orodjem, preblizu stene ali drugih ovir, ni dobro pričvrščeno, blazine pod orodjem drsijo ipd.) (Jurak, 2012).

Učitelj odgovarja za varnost učencev, zato je stalno prizadevanje za odpravo tveganj pri poškodbah ključ do uspeha. Ena od učiteljevih dolžnosti je tako stalno preverjanje in poročanje o stanju orodij, kamor lahko vključi tudi učence. S stanjem mora seznaniti vodstvo šole in pripraviti predlog za izboljšanje (Jurak, 2012).

Skrb za varnost se ne začne pri izvajanju posamezne vsebine, ampak je nujna že pri načrtovanju učne ure. Pri gimnastiki je stalna skrb usmerjena predvsem v ustrezno športno opremo, ustreznost in primernost gimnastičnega orodja, postavitve učencev, ki mora biti premišljena, zaščito orodij z blazinami, strokovno utemeljeni izbor nalog ter odločitve glede pomoči in varovanja (Novak, idr. 2008).

Posebno pozornost je treba nameniti varnosti. V učnem načrtu (Kovač, idr. 2011) je o učiteljevem upoštevanju izhodišč za zagotavljanje varnosti zapisano:

- spoštovanje normativov (velikost vadbene skupine, posebni normativi pri plavanju in smučanju),
- upoštevanje osnovnih načel varnosti (primerna oprema in urejenost vadečih, primerno orodje in pripomočki, zaščita vadbene prostora, pozornost pri pripravljanju in pospravljanju orodij, prilagajanje vsebin in metodičnih postopkov, organizacija vadbe in obremenitev prilagojena sposobnostim, znanju in zdravstvenemu stanju učencev, doslednost pri uporabi zaščitne opreme, upoštevanje načel pomoči in varovanja, primerno ogrevanje pred vadbo),
- nadzor nad učenci,
- seznanjanje učencev z nevarnostmi pri vadbi v telovadnici, na igrišču ...

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Vsak učenec pri športni vadbi potrebuje 20 m² površine, ki v izjemnih okoliščinah ne sme biti manjša od 10 m². Prostor, oprema in orodje morajo ustrezati varnostnim, higienskim in zdravstvenim načelom. V telovadnici in neposredni bližini morajo biti nameščene omarice prve pomoči. Šola v svojem hišnem redu opredeli varno športno opremo učencev. Ob vsaki poškodbi pa mora učitelj izpolniti obrazec oziroma zapisnik o poškodbi (Kovač idr., 2011).

Oprema učencev naj ne bo preveč ohlapna, copati, ki jih nosijo, pa naj nimajo drsečih podplatov. Posebej pozorni moramo biti tudi na nakit in spete lase, če so ti daljši. V telovadnico prav tako ne sodita žvečilni gumi in prenosni telefon.

Primerna športna oprema je pogoj za varno in učinkovito izvedbo ur športa. Tako kot učenci mora imeti tudi učitelj ustrezno športno opremo. Štemberger (2003) ugotavlja, da na splošno veliko učiteljev vodi športno vzgojo v neprimerni športni opremi oziroma je sploh ne nosijo s sabo. Neprimerna športna oprema je večkrat lahko vzrok za nastanek različnih poškodb. Poleg varnostnega in higienskega vidika ima primerna športna oprema učitelja tudi vzgojni vidik - učitelj je učencem zgled.

Športni pedagog si mora stalno prizadevati za odpravo tveganj za poškodbo vadečih. Ena od njegovih dolžnosti je stalno preverjanje in poročanje o stanju športne opreme. V sistem poročanja lahko vključi tudi učence. S stanjem mora seznaniti vodstvo šole in pripraviti predlog za izboljšanje stanja- (Jurak, 2012).

2.7.5 Materialni pogoji

Šolske dejavnosti zaradi svoje narave dela zahtevajo posebno prostorsko ureditev. Športnih površin ne gradimo le za nekaj let, ampak so namenjene tudi prihodnjim rodovom, zato vlaganje relativno visokih finančnih sredstev še toliko bolj zahteva premišljeno razvojno strategijo (Jurak, 2010).

Jurak (2010) ugotavlja, da je materialna opremljenost slovenskih šol zadovoljiva s kvantitativnega vidika, saj se je v zadnjih letih gradnja novih športnih objektov povečala, nekatere stare športne dvorane pa so obnovili. Pomanjkljivosti pa se kažejo z vidika kakovosti, in sicer v nefunkcionalnosti razporeditve prostorov, športnih naprav in opreme, slabi akustiki, nekakovostnem športnem podu – podlagi, nezaščitenih naletnih površinah ter skladiščenju opreme. Takšne pomanjkljivosti lahko opazimo tudi na razredni stopnji, saj se šport največkrat odvija v premajhnih prostorih ter z neprilagojenimi športnimi pripomočki glede na razvojne značilnosti razvojne stopnje mlajših učencev.

Šolsko telovadnico moramo pojmovati kot osrednji športni center okolja in ne kot največjo učilnico na šoli (Urbanc, 1991 v Kovač in Slana, 1991).

V izpeljavi športno-vzgojnega procesa na podružničnih šolah pa je rezultat še nekoliko slabši, saj so v primerjavi s centralnimi šolami telovadni prostori na podružnicah manjši (centralne šole povprečno 402,75 m², podružnične šole pa v povprečju 46,60 m²), higienske razmere slabše (garderobe, umivalnice, športni kabineti), število velikih orodij pa manjše. Razlike pri

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

opremljenosti pa so se pokazale tudi pri opremljenosti z žogami za malo odbojko, loparji za badminton, švedskimi klopmi, navadnimi blazinami, plezalno vrvjo in drogom, kozo, nizko gredjo, moško bradljo, stoparicami, dvovišinsko bradljo itd. (Štemberger, 2003, Štemberger, 2007).

Obseg in količina športne opreme ter pripomočkov zagotavljata udejanjanje učnega načrta. Športna oprema in pripomočki pomembno prispevajo h kakovosti pouka, zato morajo šole poskrbeti za zadostno in ustrezno količino pripomočkov, za njihovo vzdrževanje in shranjevanje. Ko pripomoček odsluži svoje delo in je neuporaben, zlomljen, poškodovan, ga je treba zamenjati. Tudi učitelj sam mora težiti k uvajanju novih športnih pripomočkov in poskrbeti, da odslužene pripomočke v čim krajšem času zamenjajo (Jurak, 2012).

Športnih pripomočkov, ki jih uporabljamo pri urah gimnastike, je ogromno, prav tako obstaja tudi veliko načinov, kako jih uporabiti. Gimnastično orodje in pripomočke delimo na osnovna in pomožna, razlikujejo pa se glede na uporabo pri vrhunski in šolski gimnastiki. V šoli uporabljamo letvenike, blazine, klopi, gredi, skrinje, odrivne deske, koze, prožne ponjave, drogove, žrdi in vrvi, različno sestavljena plezala, ponekod pa tudi bradlje in kroge. Vadba mora potekati na blazinah, ki niso ne premehke ne pretrde, so neдрseče in lahke (Bolkovič in Čuk, 1994).

Po drugi strani pa slabi prostorski pogoji in pomanjkanje rekvizitov oziroma pripomočkov vsekakor ne smejo biti razlog za slabo kakovost izvedbe ure gimnastike. Otroci imajo pravico do kakovostne izvedbe predmeta šport ne glede na to, katero šolo obiskujejo. Ob tem moramo poudariti, da je iznajdljivost učitelja vsekakor priporočljiva; tako lahko pri urah gimnastike za gred ali klop uporabimo denimo podрто deblo (Štemberger, 2007).

Telovadnica je po mišljenju odraslih prostor, v katerem se odvija kakovostna športno-vzgojna dejavnost, za otroka pa je bolje, če se dogaja kar v naravi, kar pa je zaradi same lokacije šole največkrat bolj izvedljivo na podružničnih kot na centralnih šolah (Štemberger, 2007).

2.7.6 Preverjanje in ocenjevanje znanja pri gimnastiki

Pri predmetu šport učitelj skozi celo šolsko leto načrtno spremlja učenčev telesni, gibalni, funkcionalni razvoj, stopnjo usvojitve različnih športnih znanj, osebne športne dosežke in vključevanje v zunajšolske športne dejavnosti. Preverjanje in ocenjevanje dosežkov učencev sta sestavna dela pouka, ki imata pomemben vpliv. Učencem, učiteljem in staršem dajeta povratne informacije o učenčevem usvojenem znanju in individualnem napredovanju, učiteljem omogočata nadaljnje načrtovanje vzgojno-izobraževalnega procesa, širši družbi pa dajeta informacije o učinkovitosti vzgojno-izobraževalnega sistema (Bela knjiga, 2011).

S preverjanjem znanja se zbirajo informacije o tem, kako učenec dosega cilje oz. standarde znanja iz učnih načrtov. Preverjanje ne sme biti ocenjeno (Bela knjiga, 2011).

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Spremljava in vrednotenje sta tudi pri gimnastiki podlagi za ocenjevanje. Pri tem pa upoštevamo naslednja osnovna izhodišča (Razdevšek Pučko, 1995; Kovač, Novak, 1998a; Štemberger 2003; Kovač, Jurak in Strel, 2003):

- Vrednotimo predvsem napredek v učenčevem gibalnem znanju ob upoštevanju individualnih sprememb v telesnem in gibalnem razvoju.
- Upoštevati je treba, do so otroci med seboj različni. Postaviti jim je treba individualne cilje, poiskati vsebine, pri katerih bodo uspešni, diferencirati metodične postopke in poudarjati pomembnost njihovega osebne napredka.
- Osnova za vrednotenje učenčevih dosežkov so standardi znanja.
- Vsak učenec naj bo uspešen. Predvsem naj bo ocena spodbuda, da se učenec vključi v šport. Ocena ni le odraz učenčevih dosežkov, saj z njo učitelj posredno oceni tudi uspešnost svojega dela.
- V ospredje notranjega preverjanja je vredno postaviti celostni pristop, ki tesno povezuje preverjanje in ocenjevanje s poučevanjem in učenjem. Učitelj naj v takem procesu postaja mentor, ki usmerja učence k doseganju postavljenih ciljev. Skladno s tem izhodiščem naj učitelj pripravi svoj model in merila preverjanja in ocenjevanja, ki ga predstavi na začetku šolskega leta.
- Ocenjevanje v prvem triletju je opisno. Pri opisu naj se učitelj izogiba šablonskih opisov, splošnih ali ekstremnih sodb, domnev, čustveno obarvanih mnenj in primerjav z drugimi učenci. Zapis naj bo skrbno pretehtan, objektivni, ampak pozitivno naravnani.

Pri gimnastiki naj bo cilj preverjanja in ocenjevanja kakovostnejše načrtovanje in poučevanje ter posledično večje znanje učencev (Kovač, Strel in Jurak, 2003a).

Zavedati se moramo, da se pri poučevanju gimnastike srečujemo z otroki z različnimi predznanji in različnimi telesnimi in vedenjskimi značilnostmi, zato naj bo ocenjevanje čim bolj objektivno, spodbudno in pravično do vseh učencev. Težav z ocenjevanjem verjetno ne bo imel tisti učitelj, ki bo znal motivirati in bo pri poučevanju gimnastike upošteval najpomembnejše komponente pouka: dobro načrtovanje, učinkovito izpeljavo pedagoškega procesa, individualizacijo, realno ocenitev osebne napredka posameznega učenca, vrednotne usmeritve učencev, socialno delovanje, emocionalne dimenzije učencev ter poštenost do vseh. Zato mora tudi sam stalno izpopolnjevati svoje znanje gimnastike in drugih športnih zvrsti, dobro poznati svoje učence in imeti čim več znanja o vodenju pouka. Zavedati se mora, da je pomemben predvsem orientacijski učinek ocene, njen vpliv na interese ter na ovrednotenje učenčevih lastnih sposobnosti in dosežkov. Ocena sama po sebi ni ne dobra ne slaba, temveč takšna postane šele v primerjavi s posameznikovimi lastnimi pričakovanji in ambicijami (Kovač, Jurak in Strel, 2003).

2.7.7 Uporaba učnih metod in oblik dela

Pomemben element učnega načrta so predpisani standardi znanj, ki naj bi jih učenci dosegali pri predmetu šport. Do tega cilja lahko pridejo le z dobro načrtovanim in vodenim procesom

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

športa. Glede na različnost otrok mora učitelj izbirati ustrezne metode in oblike dela, s pomočjo katerih bo vse učence pripeljal do ustreznega znanja. Ustrezno izbiro učnih metod in oblik dela določajo razvojna stopnja otrok, stopnja učnega procesa, vsebine, učiteljeva osebnost ter nenazadnje tudi prostor in oprema (Štemberger, 2004). V seznam učnih metod spadajo:

- razlaga
- pogovor
- demonstracija – učitelj
- demonstracija – učenec
- demonstracija – video posnetek
- metoda igre
- gibalno prikazovanje oziroma uprizarjanje

V svoji raziskavi V. Štemberger (2004) ugotavlja, da sta najpogosteje uporabljeni metodi pogovor in razlaga, ki je pri športu manj želena, če je uporabljena kot samostojna učna metoda, saj je vprašanje, koliko povedanega si učenci dejansko zapomnijo, koliko si na podlagi povedanega sploh lahko predstavljajo, je pa pomembna pri demonstraciji, saj z njo pojasnjujemo gibanje in opozarjamo na napake. Demonstracija je ena pomembnejših učnih metod, saj lahko z njeno pomočjo pomembno vplivamo na več čutil hkrati, kar je še posebej pomembno, saj v tem obdobju otrok doživlja svet celostno. Pri učni metodi demonstracije je najpogosteje uporabljena oblika neposredne demonstracije, pri kateri učitelj demonstrira sam, najmanj pa uporaba videa.

Na podlagi opazovanja in merjenja učenčevih razvojnih značilnosti in gibalne učinkovitosti naj učitelj izbere ustrezne naloge in obremenitve. Pri tem naj poskuša delo organizirati tako, da uporabi najrazličnejše učne oblike. Igra naj bo vsaj na začetku drugega triletja še vedno osnovno izhodišče učiteljevega dela. Igre naj izvaja večinoma frontalno v različnih značilnih oblikah (pari, skupina, krog, vrsta, kolona ...). Učinkovite učne oblike, primerne za mlajše učence, so tudi štafete in poligoni, vendar pa jih uporabi predvsem v stopnji utrjevanja znanja. Postopno prehajamo tudi na zapletenejše učne oblike, kot je delo v skupinah. Zaradi razvojnih značilnosti učitelj lahko uspešno organizira delo po postajah, še posebej, če si pri organizaciji takšne vadbe pomaga z didaktičnimi pripomočki, kot so plakati, slike, količinski ali osebni kartoni in vadbene kartice. Priporočamo delo z dodatnimi in dopolnilnimi nalogami, pri katerih lahko učitelj učinkovito diferencira in individualizira vadbo (Kovač, Strel & Jurak, 2004b).

V seznam učnih oblik spadajo:

- frontalna,
- individualna,
- skupinska,
- kombinirano delo,
- vadba po postajah,
- obhodna vadba,

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- poligon,
- štafeta,
- delo v igralnih skupinah,
- delo z vrsto, kolono,
- delo s kartoni,
- delo z dopolnilnimi nalogami,
- delo z dodatnimi nalogami,
- delo s homogenimi in heterogenimi skupinami (Kovač in Strel, 2009).

Ustrezna izbira učnih metod je poglobitnega pomena. Učitelj naj pri prikazu (demonstraciji) uporabi tudi razlago, ki pa naj bo prilagojena razvojni stopnji učencev. Naloge naj pokaže sam, s pomočjo učencev ali ponazoril (slike, kinogrami, videoposnetki, plakati), pri določenih vsebinah pa lahko uspešno uporabi metodo pogovora (Kovač, Strel & Jurak, 2004b).

2.7.8 Uporaba medpredmetnih povezav pri posredovanju teoretičnih vsebin

Zaradi kopičenja podatkov, ki jih učenci niso vedno sposobni povezati v razumljivo celoto oziroma številnim informacijam niso sposobni dati uporabne vrednosti, šola vse bolj poudarja medpredmetna povezovanja kot eno pomembnih in kakovostnih prvin pouka (Kovač in Jurak, 2012).

Učitelj lahko uporablja povezave v različnih stopnjah učnega procesa. Pri posredovanju novih učnih vsebin je smiselno, da zaradi ponazoritve in motivacije poveže novo znanje z že poznanim, in sicer smiselno glede na razvojno stopnjo učencev (Kovač in Jurak, 2012).

Medpredmetne povezave so v svojem bistvu didaktični pristop, ki otroke pripravi na učenje skozi življenje, pri čemer gre za povezovanje vsebin različnih predmetov znotraj predmetnika na horizontalni ravni in povezave posameznega predmeta z različnimi medpredmetnimi področji. Za njihovo učinkovitost morajo biti v povezavah jasno prepoznavni cilji posameznih predmetov, vsebino pa naj učitelj skuša podati ali obravnavati čim bolj celostno. Od učitelja zahtevajo res dobro organizacijo (Kovač, 2006).

Pomembne prednosti medpredmetnega povezovanja so tudi ekonomična izraba časa, večje zanimanje in motivacija za učenje, trajnost znanja, kompleksnost učenja in uporaba sodobnejših metod poučevanja, npr. timsko, projektno delo (Sicherl-Kafol, 2007).

2.7.9 Uporaba izrazoslovja v gimnastiki

Uporaba strokovnih izrazov je pogoj strokovnega razumevanja. Zavedajoč se tega, je prav, da se tudi učitelji potrudijo in spoznajo ter uporabljajo pravilne in strokovno utemeljene izraze. Poznavanje izrazov bo učiteljem olajšalo pisanje priprav, ki bodo tako tudi bolj pregledne in jasne (Novak idr., 2008).

Osnovni položaji:

- stoja
- sed

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- leža
- čep
- klek
- vesa
- opora

Stoje:

- stoja snožno
- stoja razkoračno (noge so v razkoraku; teža je na obeh nogah)
- stoja prednožno, odnožno, zanožno (stojimo na eni nogi, druga se dotika tal)
- vzpon
- izpad naprej, nazaj, v levo, v desno (večji del teže je na izpadni nogi)
- stoja na rokah
- stoja na lopaticah

Gibanja s trupom ali z glavo:

- predklon
- odklon
- zaklon
- zasuk
- kroženje

Noženja:

- prednoženje (gib je prednožiti)
- odnoženje (gib je odnožiti)
- zanoženje (gib je zanožiti)
- raznoženje (gib je raznožiti v vesi, v sedlu ali v opori; noge so razširjene, ne stojimo na nogah)

Ročenja:

- preročenje (gib je predročiti)
- odročenje (gib je odročiti)
- vzročenje (gib je vzročiti)
- zaročenje (gib je zaročiti)

Opore (spredaj, zadaj):

- opora čepno
- opora ležno
- opora stojno
- opora klečno

Razovke:

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- razovka stojno zanožno
- razovka klečno zanožno (Novak idr., 2008).

2.8 Opredelitev kompetenc

Kompetenca je hibridni atribut, saj vsebuje kombinacijo znanja, veščin, stališč in vedenja. Osvojiti jo je mogoče v vseh vrstah kontekstov, formalno, neformalno in priložnostno, namerno ali nenamerno (Ključne kompetence, 2006).

Kompetenca je tesno povezana z vsakim posameznikom posebej. Gre za subjektivno sposobnost uporabe svojega praktičnega in teoretičnega znanja, ki pomaga pri izpolnitvi določenega dela in nalog. Je bolj proces kot končno stanje. Kompetence so kompleksni sistemi, ki vključujejo tudi čustveno in motivacijsko področje. Vrednote določajo, kako se bomo lotevali določenih aktivnosti in kako bomo pri tem uspešni. Posameznik lahko ima ustrezne potencialne in znanje, obvlada določene strategije, se zaveda vseh značilnosti, kako dobro rešiti problem, da pa se vse to lahko uresniči, potrebuje še motivacijo. Analitično lahko kompetence razdelimo na spoznavno, motivacijsko in akcijsko področje, pri izvajanju nalog pa so ti procesi tesno prepleteni med seboj (Pekljaj idr., 2009).

Weinert (2001 v Marentič Požarnik, 2006) pravi: »Ključne kompetence so kompleksni sistem znanja, prepričanij in akcijskih tendenc, ki se gradijo na osnovi dobro organiziranega področnega znanja, osnovnih veščin, posplošenih stališč in spoznavnih stilov,« in dodaja, da na kompetence ne bi smeli gledati kot na lahko dosegljiva končna stanja.

Kompetence izražajo znanje, razumevanje, uporabo znanja, zmožnost razsojanja, usvajanje komunikacijskih veščin, usvajanje veščin za nadaljnje učenje (Nančovska Šerbec, Kaučič in Rugelj, 2007).

V projektu DeSeCo se je delovna skupina opredelila do treh ključnih kompetenc, ki jih delijo v tri kategorije, ki naj bi veljale za vse ljudi, ne glede na to, katero delo opravljajo:

- Interaktivna uporaba orodij: vsak posameznik naj bi bil sposoben uporabljati širok razpon učinkovite interakcije z okoljem, kot je na primer jezik.
- Avtonomno ravnanje: gre predvsem za samostojnost, neodvisnost in odgovornost s poudarkom na posameznikovi odločitvi.
- Interakcija v heterogenih skupinah, s poudarkom na interakciji, premagovanju razlik v družbi (Key competencies, 2002).

Pri opredelitvi pojma kompetence je Weinert (2001, v Marentič Požarnik, 2006) v svojem predlogu zapisal, da je treba kompetence opredeliti jasno in enoznačno, da bi presegli pojmovno zmedo na tem področju, in tako, da bo opredelitev uporabna tudi v praksi. Kompetence so opredelili kot sposobnost doseči kompleksne zahteve v določenem kontekstu s pomočjo mobilizacije tako spoznavnih kot tudi nespoznanih vidikov delovanja.

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Kot pravi Peklaj (Peklaj idr., 2009), pa poleg spoznavnih vidikov kompetence vključujejo tudi motivacijske in čustvene vidike našega delovanja. Imeti razvito neko kompetenco ne pomeni, da imamo samo potencial, ampak je kompetenco treba tudi udejanjiti v različnih situacijah.

Kompetence torej vključujejo tri različne ravni (Peklaj idr., 2009):

- spoznavno raven, ki v grobem vključuje sposobnosti kompleksnega razmišljanja in reševanja problemov ter znanje na določenem področju,
- čustveno-motivacijsko raven, ki v grobem vključuje stališča, vrednote in pripravljenost na aktivnost,
- vedenjsko raven, ki v grobem vključuje sposobnost ustreznega aktiviranja, uskladitve in uporabe svojih potencialov v kompleksnih situacijah.

Temeljni pogoj za uspešno razvijanje in pridobivanje kompetenc je kakovosten in učinkovit izobraževalni sistem, ki ga izvajajo dobro usposobljeni učitelji (Peklaj idr., 2009).

V opredeljevanju kompetenc današnjega časa je mogoče koristno uporabiti tudi razlikovanje med ozkimi, specifičnimi, ki so vezane na posamezne predmete, in splošnimi, generičnimi predmetno neodvisnimi kompetencami. Specifične so cilj posameznih predmetov, splošne pa se pridobivajo pri več različnih predmetih. Predmetno-specifične kompetence se nanašajo na posamezne predmete, večinoma gre za različne vrste pismenosti, splošne pa se nanašajo na komunikacijo, timsko delo, spretnosti pridobivanja znanja in vseživljenjsko učenje (Marentič Požarnik, 2006).

2.8.1 Učiteljeve kompetence

Učenje je proces pridobivanja znanja. Tako kot otroci se tudi odrasli vsak dan znova naučimo nekaj novega. Rezultat vsakega uspešnega učenja je običajno občutek zadovoljstva, samozavesti in uspeha. Namen poučevanja je razvijanje, poglobljanje in razširjanje učenčevega mišljenja (Pollard in Tann, 1994).

Čas, v katerem živimo, in napredek na področju znanosti sta tudi v izobraževanje vnesla nove zahteve in pričakovanja od učiteljev. Za kakovostno življenje in napredek v poučevanju so tako potrebne drugačne pristojnosti/kompetence kot nekoč, saj morajo omogočati obstanek v družbi. Ko govorimo o kakovostnem izobraževanju, ima tu pomembno vlogo učiteljeva usposobljenost, da pri svojem delu lahko dosega tiste cilje, ki od otrok zahtevajo premislek in razvijanje potencialov, ki predstavljajo dejavnik nadaljnega izobraževanja (Peklaj idr., 2009).

Že v zgodovini je imel učitelj pomembno vlogo. Današnji čas pa pred učitelje postavlja nove zahteve in pričakovanja. Hiter tehnološki razvoj, razvoj novih komunikacijskih tehnologij in globalizacija spreminjajo svet v medsebojno povezano in ranljivo celoto. Nenehne spremembe so stalnica, ki spremljajo posameznika v vseh življenjskih obdobjih (Peklaj idr., 2009).

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

V sodobnem času je učitelj sodelavec, svetovalec in vzgojitelj, kot strokovnjak in pedagog, ki organizira vzgojno-izobraževalni proces, poučuje učence in uporablja take učne metode, ki učencu omogočajo, da zavestno, z razumevanjem in aktivno usvaja vzgojno-izobraževalne vsebine ter razvija sposobnosti, še posebno tiste, ki so povezane s samoizobraževanjem in samovzgojo (Peklaj idr., 2009).

Vse pomembnejša postaja vloga učitelja v sodobni šoli, kar postavlja učitelje pred nove zahteve. Cilji zahtevajo tudi spremenjeno pojmovanje znanja, vloge učitelja in učencev v vzgojno-izobraževalnem procesu. Učenec mora postati subjekt vzgojno-izobraževalnega procesa, zato je njegova aktivna vloga nujna. Izbira učnih oblik in metod mora temeljiti na principih izkustvenega učenja, ki bo učencu omogočalo nenehno »progresivno spreminjanje« (Peklaj idr., 2009).

Naloga učitelja ni, da z učenci predela določeno snov, ampak da pri njih z ustrezno izbiro snovi in metod dela doseže določeno raven znanja in sposobnosti. To daje učiteljem večjo avtonomijo, hkrati pa povečuje zahtevnost njihovega dela (Svetlik, 1997).

Hirvi (1996, v Peklaj idr., 2009) poudarja večjo potrebno po mobilnosti učiteljev, po odprtosti za spremembe; učitelj namreč izgublja nekatere tradicionalne vloge, jih prilagaja novim okoliščinam in sprejema nove vloge.

Niinisto (1996, v Peklaj idr., 2009) vidi današnjega učitelja predvsem kot iniciatorja sprememb, poudarja pa vlogo učitelja kot spodbujevalca učenja, kot tistega, ki skrbi za svoj osebni in profesionalni razvoj, kot človeka, ki je del razvijajoče se organizacije.

S študijem pridobljene kvalifikacije učitelju ne zadoščajo več. V analizi, ki jo pripravila služba Eurydice (Eurydice, 2003, v Razdevšek Pučko, 2004), ugotavljajo, da danes nobena država, ko postavlja zahteve za učitelje, ne razmišlja več samo o klasičnih kompetencah, ki so vezane na delo z učenci, učenje in poučevanje. V analizi so ob teh klasičnih zahtevah identificirali pet področij, ki jih ocenjujejo kot nova:

- poučevanje z uporabo sodobne izobraževalne tehnologije IKT,
- integracija otrok s posebnimi potrebami,
- delo s skupinami različnih otrok,
- menedžment šole in različna administrativna opravila,
- konfliktni menedžment.

Na podlagi prispevkov posameznih držav je bila sestavljena lista kompetenc, ki jih potrebujejo učitelji, da bi lahko sledili zahtevam družbe znanja. Razdeljene so v pet skupin, in sicer (Razdevšek Pučko, 2004a):

- a) Usposobljenost za nove načine dela v razredu:
 - o uporaba ustreznih pristopov glede na socialno, kulturno in etično različnost učencev,
 - o organiziranje optimalnega in spodbudnega učnega okolja z namenom olajšati in spodbuditi proces učenja,

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- timsko delo z drugimi učitelji in strokovnimi delavci.
- b) Usposobljenost za nove naloge, delo zunaj razreda:
 - razvijanje šolskega kurikuluma, organizacija in evalvacija vzgojno-izobraževalnega dela,
 - sodelovanje s starši in drugimi socialnimi partnerji.
- c) Usposobljenost za razvijanje novih kompetenc in novega znanja pri učencih:
 - razvijanje usposobljenosti učencev za vseživljenjsko učenje v družbi znanja.
- d) Razvijanje lastne profesionalnosti:
 - raziskovalni pristop in usmerjenost v reševanje problemov,
 - odgovorno usmerjanje lastnega profesionalnega razvoja v procesu vseživljenjskega učenja.
- e) Uporaba informacijsko-komunikacijske tehnologije IKT:
 - uporaba IKT v formalnih učnih situacijah (pri pouku) in pri drugem strokovnem delu (tudi za potrebe lastnega strokovnega razvoja).

I. Stopar (2007) je v svojem diplomskem delu naredila seznam kompetenc za poučevanje športa:

1. Poznavanje telesnega in gibalnega razvoja otrok.
2. Poznavanje anatomije in fiziologije otrok.
3. Poznavanje uradnega učnega načrta za športno vzgojo.
4. Usposobljenost za načrtovanje pouka (izdelava letnega delovnega načrta, letne, tedenske in tematske priprave, učne priprave za športno vzgojo).

3 Empirični del

3.1 Opredelitev raziskovalnega problema

Pri pripravi magistrskega dela smo na podlagi postavljenih kriterijev preučili, na kakšen način in kako pogosto učitelji razrednega pouka (prvo triletje) izvajajo gimnastične vsebine in kako usposobljene se pri tem počutijo. Na osnovi utemeljenih teoretičnih izhodišč želimo ugotoviti, ali imajo učitelji razrednega pouka primerno razvite kompetence za izvajanje gimnastičnih vsebin ter ali se (in kako pogosto) odločajo za razvoj svojih lastnih kompetenc s področja gimnastike. Med drugim želimo ugotoviti tudi, kako učitelji ocenjujejo pomembnost izvajanja gimnastike in ali vplivajo na oceno pomembnosti delovna doba, lasten življenjski stil in razvitost kompetenc.

3.2 Namen in cilji raziskave

Z raziskavo smo želeli ugotoviti, kako razredni učitelji vrednotijo svojo usposobljenost/kompetentnost za poučevanje gimnastičnih vsebin v osnovni šoli. Na podlagi ugotovljenega bomo oblikovali priporočila za izvajanje gimnastike v prvem triletju osnovne šole. Izsledki raziskave bodo pomembno vplivali na nove pristope poučevanja športa oziroma gimnastike, saj se nam zdi pomembno, da ima vsak učitelj, ki poučuje šport, tudi ustrezne kompetence s področja gimnastike.

Oblikovali smo naslednje cilje raziskave:

- Ugotoviti, v kolikšni meri učitelji ocenjujejo pomembnost in razvitost kompetenc za izvajanje gimnastike in predmeta šport.
- Ugotoviti, katere vsebine in pristope učitelji pri poučevanju gimnastike največkrat uporabljajo.
- Ugotoviti, kako dobro učitelji poznajo postopke načrtovanja in izvajanja gimnastičnih vsebin.
- Ugotoviti, kako dobro so učitelji seznanjeni s pravilnim varovanjem ter nudenjem pomoči pri posameznih gimnastičnih prvinah.
- Ugotoviti, ali so učitelji pri izvajanju gimnastičnih vsebin dovolj samostojni in kje čutijo največ strahu.
- Ugotoviti, ali se učitelji na področju gimnastike dodatno izobražujejo.

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

3.3 Raziskovalna vprašanja

V skladu z zastavljenimi cilji smo oblikovali naslednja raziskovalna vprašanja:

V1: Kako učitelji razrednega pouka ocenjujejo pomembnost in razvitost kompetenc za izvajanje predmeta šport in gimnastičnih vsebin?

V2: Katere vsebine in pristope pri poučevanju in izvajanju gimnastične aktivnosti najpogosteje uporabljajo učitelji razrednega pouka?

V3: Ali se učitelji razrednega pouka dodatno izobražujejo na področju gimnastike?

V4: Ali so učitelji razrednega pouka zadovoljni z materialnimi pogoji, ki jih nudi njihova telovadnica na šoli in šola?

V5: Ali so učitelji razrednega pouka usposobljeni za načrtovanje in izvajanje gimnastičnih vsebin?

V6: Ali so učitelji razrednega pouka usposobljeni za nudenje pravilnega varovanja?

3.4 Metode dela

Uporabili smo kvantitativno raziskavo, pri kateri smo za ugotavljanje kompetentnosti učiteljev za poučevanje gimnastičnih vsebin v osnovni šoli uporabili deskriptivno kavzalno – neeksperimentalno metodo.

3.4.1 Opis vzorca

S pomočjo anketnega vprašalnika smo v raziskavo magistrskega dela vključili 57 učiteljev, ki poučujejo ali so poučevali predmet šport v prvem triletju osnovne šole v šolskem letu 2017/2018. Med anketiranci je bilo 56 žensk in 1 moški. Njihova povprečna starost je bila 41,3 leta v starostnem razponu od 25 do 60 let. Ankete so bile posredovane osnovnošolskim učiteljem iz različnih slovenskih regij. V vprašalniku smo uporabili naslednji vzorec spremenljivk:

- spol
- starost
- razred, ki ga poučuje
- šola in kraj, v katerem poučuje
- delovna doba
- leta poučevanja predmeta šport

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

- namenjene ure poučevanju gimnastike v tem šolskem letu
- sodelovanje pri načrtovanju gimnastičnih vsebin
- pomembnost in razvitost kompetenc s področja športa
- število ur poučevanja posameznih gimnastičnih vsebin iz učnega načrta
- poznavanje metodičnih postopkov za izvajanje gimnastičnih vsebin
- poznavanje pravilne izvedbe posamezne gimnastične vsebine
- poznavanje varovanja pri gimnastičnih vsebinah
- koliko časa na teden nameni za ukvarjanje s športom
- zadovoljstvo s pogoji za izvajanje gimnastičnih vsebin
- udeležba na strokovnih seminarjih s področja gimnastike

Tabela 3: Spol anketirancev.

Spol	N	%
Moški	1	2,0
Ženski	56	98,0
Skupno	57	100,0

Legenda: N – število vseh anketirancev

Tabela 3 prikazuje, da je bilo med anketiranimi več žensk kot moških, in sicer je bilo kar 98 odstotkov žensk, kar je tudi značilno za poučevanje razrednega pouka. Na Pedagoški fakulteti se na smer Razredni pouk v povprečju vpiše veliko več žensk kot moških.

Tabela 4: Starost anketirancev.

	N	μ	SD	Min	Max
Starost	57	41,3	10,3	25	60

Legenda: μ – povprečje; SD – standardni odklon; Min – minimum; Max – maksimum

Iz Tabele 4, ki prikazuje starost anketiranih učiteljev, razberemo, da je bila povprečna starost anketiranih 41,3 let, pri čemer je bil najmlajši anketirani star 25, najstarejši pa 60 let.

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Tabela 5: Vzorec šol.

Šola in kraj, kjer poučujete:		
Odgovori	Frekvenca	Odstotek
1. OŠ VRANSKO TABOR, VRANSKO	1	2 %
2. OŠ SLOVENJ GRADEC, SLOVENJ GRADEC	1	2 %
3. OŠ AJDOVŠČINA, AJDOVŠČINA	1	2 %
4. OŠ FRANJA MALGAJA, ŠENTJUR	1	2 %
5. OŠ VALENTINA VODNIKA, LJUBLJANA	8	15 %
6. OŠ TABOR, HOTEĐRŠICA	1	2 %
7. DRUGA OŠ SLOVENSKA BISTRICA, SLOVENSKA BISTRICA	1	2 %
8. OŠ VIČ, LJUBLJANA	4	7 %
9. OŠ PRESKA, MEDVODE	1	2 %
10. OŠ DESTRNİK, DESTRNİK	1	2 %
11. OŠ DOBRNA, DOBRNA	1	2 %
12. OŠ TABOR, MARIBOR	2	4 %
13. OŠ DAVORINA JENKA, CERKLJE NA GORENJSKEM	1	2 %
14. OŠ ŠMARTNO, V TUHINJU	2	4 %
15. PODRUŽNIČNA ŠOLA BESNICA, KRANJ	1	2 %
16. OŠ FRANCETA BEVKA, LJUBLJANA	1	2 %
17. PODRUŽNIČNA ŠOLA STRAŽIŠČE, ŽABNICA	1	2 %
18. OŠ RIHARDA JAKOPIČA, LJUBLJANA	1	2 %
19. OŠ MAJDE VRHOVNIK, LJUBLJANA	1	2 %
20. OŠ JURIJA VEGE, MORAVČE	1	2 %
21. OŠ PRULE, LJUBLJANA	1	2 %
22. OŠ STRAŽIŠČE, KRANJ	1	2 %
23. OŠ DANTE ALIGHIERI, IZOLA	1	2 %
24. PODRUŽNIČNA ŠOLA MOTNIK (KOMBINIRANI ODDELEK)	1	2 %
25. OŠ DANILA LOKARJA, AJDOVŠČINA	1	2 %
26. OŠ STRAŽIŠČE, KRANJ	3	6 %
Skupaj	57	100 %

V anketi smo želeli vključiti kar največ različnih regij in šol. Tabela 5 nam prikazuje razpršenost učiteljev, ki so rešili anketo, po šolah in krajih, iz katerih prihajajo. Največ ($n = 8$, $f = 15\%$) jih je z Osnovne šole Valentina Vodnika Ljubljana, sledi ljubljanska Osnovna šola Vič ($n = 4$, $f = 7\%$), na tretjem mestu je Osnovna šola Stražišče v Kranju ($n = 3$, $f = 6\%$), iz Osnovne šole Tabor v Mariboru sta anketo rešila dva učitelja ($n = 2$, $f = 4\%$), prav tako tudi

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

iz Osnovne šole Šmartno v Tuhinju, iz ostalih devetnajstih šol po vsej Sloveniji pa je anketo reševal po en učitelj (n = 1, f = 2 %).

3.4.2 Pripomočki in postopek obdelave podatkov

Raziskava temelji na kvantitativni metodi deskriptivnega raziskovanja. Za tehniko zbiranja podatkov smo uporabili vprašalnik s 17 vprašanji. Vprašalnik je bil oblikovan s pomočjo vprašalnika, uporabljenega v mednarodni študiji (Kovač in Tul, 2010), podatkov iz članka Štemberger (2007) in ob njeni pomoči. Vprašalnik je vseboval demografska, splošna in specifična vprašanja, v prvem delu tudi 19 vprašanj s samoocenjevalno lestvico Likertovega tipa. Vprašanja so bila zaprtega in kombiniranega tipa.

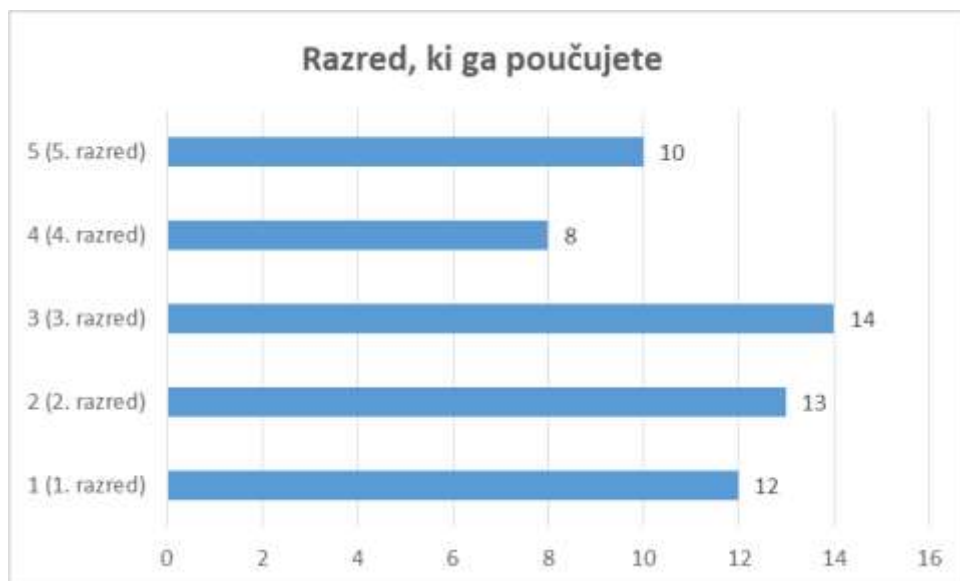
Instrument za pridobitev podatkov je bilo anketiranje, podatki so se zbirali preko spletnega portala www.1ka.si. URL povezavo do spletnega vprašalnika smo učiteljem posredovali po elektronski pošti preko ravnateljev, objavili pa smo jo tudi na družabnem omrežju Facebook v skupini razredni učitelji. Spletni vprašalnik je bil aktiven od 25. 3. 2018 do 21. 6. 2018.

Pridobljene podatke smo obdelali s programom IBM SPSS 22 in programom Microsoft Excel 2013.

4 Rezultati in diskusija

V nadaljevanju bomo prikazali rezultate anketnega vprašalnika na specifična vprašanja anketirancev o njihovih kompetencah za poučevanje gimnastičnih vsebin pri predmetu šport in predstavili splošne informacije o njihovem delu in izobraževanju.

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.



Graf 1: Trenutno delovno mesto anketiranca.

Graf 1 pokaže razmerje med razredi, ki jih poučujejo anketirane osebe. Največ, kar 14 anketiranih ($f = 25\%$) poučuje v 3. razredu, sledi 2. razred s 23 % in 1. razred, v katerem poučuje 12 anketirancev ($f = 21\%$). V 5. razredu poučuje 10 anketiranih učiteljev (18 %). Najmanjše število anketirancev (8) pa poučuje v 4. razredu (14 %).

Tabela 6: Delovna doba v letih.

Delovna doba	
N	57
μ	17,2
SD	12,3
Min	1
Max	39

Legenda: μ – povprečje; SD – standardni odklon; Min – minimum; Max – maksimum

Učitelji so v anketnem vprašalniku odgovorili na vprašanje, koliko let že poučujejo. Iz tabele 6 lahko razberemo, da je povprečna delovna doba 17,2 leta, najdaljša delovna doba je 39 let, najkrajša pa eno leto. Naš vzorec je primerljiv z vzorcem iz magistrskega dela T. Šlajkovec (2016), v katerem je ugotavljala kompetence učiteljev razrednega pouka za zagotavljanje kakovosti predmeta šport.

Tabela 7: Število let poučevanja predmeta šport.

Leta poučevanja predmeta šport	
N	57
μ	14,0
SD	11,6

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Min	1
Max	39

Legenda: μ – povprečje; SD – standardni odklon; Min – minimum; Max – maksimum

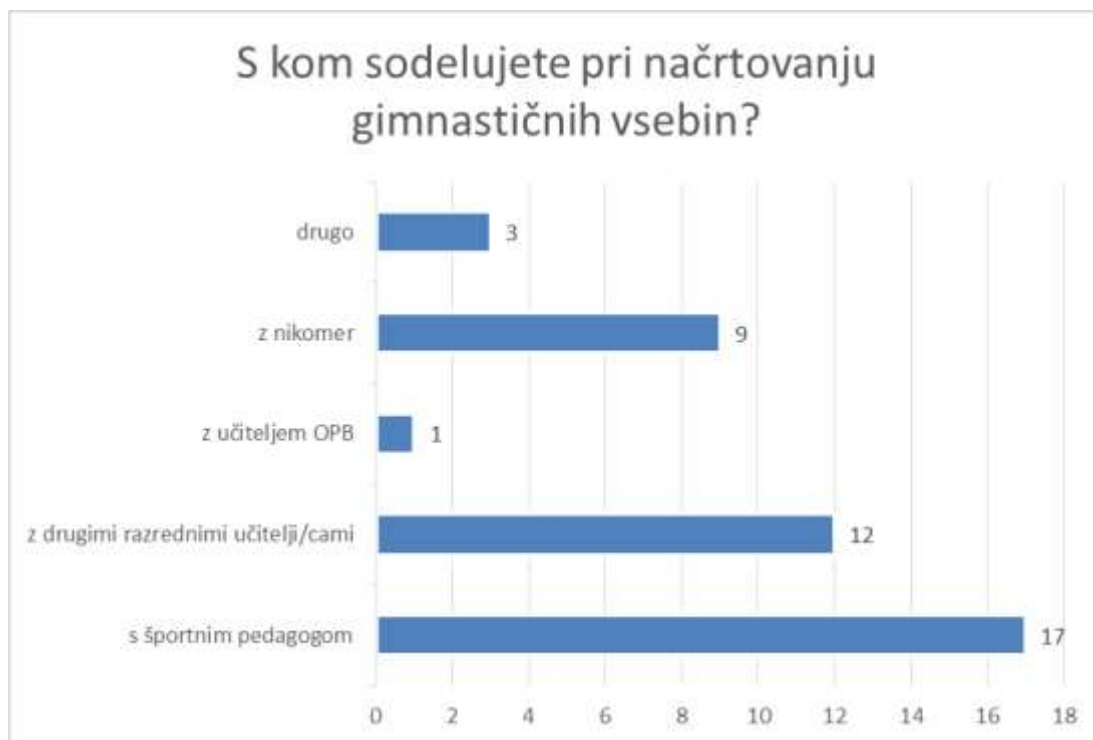
Tabela 7 prikazuje, koliko časa anketiranci že poučujejo predmet šport. Vidimo, da je povprečje 14 let, pri čemer je najkrajša doba eno leto, najdaljša pa 39 let. Če tabelo primerjamo s prejšnjo, pri kateri je povprečna delovna doba anketiranega učitelja 17,2 leta, lahko sklepamo, da nekateri učitelji ne poučujejo predmeta od začetka svoje kariere, ampak so ga začeli poučevati naknadno.

Tabela 8: Število ur poučevanja gimnastike.

Ure poučevanja gimnastičnih vsebin	
N	57
μ	17,5
SD	11,5
Min	0
Max	60

Legenda: μ – povprečje; SD – standardni odklon; Min – minimum; Max – maksimum

Tabela 8 nam pokaže kar velik razpon v številu ur poučevanja gimnastičnih vsebin med posameznimi anketiranci, saj iz tabele lahko razberemo, da nekateri učitelji poučevanju gimnastike namenijo kar 60 ur (max = 60) letno, nekateri učitelji pa se poučevanju gimnastičnih vsebin ne lotijo oziroma mu ne namenijo niti ene učne ure (min = 0). V šolskem letu 2017/2018 so anketiranci povprečno poučevanju gimnastike namenili 17,5 ure.



Graf 2: Sodelovanje pri načrtovanju gimnastičnih vsebin.

Graf 2 kaže odgovore anketirancev na vprašanje o sodelovanju pri načrtovanju gimnastičnih vsebin. Največ vprašanih ($n = 17$) pri tem sodeluje s športnim pedagogom, sledi sodelovanje z drugimi razrednimi učitelji/cami ($n = 12$), kar 9 jih ne sodeluje z nikomer, trije pa so označili možnost drugo. Za tovrstno sodelovanje bi se lahko oblikovale različne skupine, kjer bi poznavalec določenega področja predajal svoje znanje ostalim učiteljem in učiteljicam. Člani skupine bi lahko komunicirali preko IKT tehnologije ali pa imeli organizirane sestanke.

Tabela 9 prikazuje povprečno oceno strinjanja s podanimi trditvami, pri čemer 1 pomeni popolno nestrinjanje, 5 pa popolno strinjanje s trditvijo.

Tabela 9: Ocena strinjanja s podanimi trditvami.

Trditev	Povprečna ocena
Za izvajanje gimnastičnih vsebin se čutim dovolj usposobljeno.	3,61
Pri posredovanju gimnastičnih vsebin sodelujem/demonstriram tudi sam/a.	4,06
Moj odnos do športa vpliva tudi na odnos do poučevanja gimnastike.	4,23
Prepričan/a sem da je šport koristen za zdravje in to prenašam tudi na svoje učence.	4,97

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Anketiranci se najbolj odločno strinjajo s trditvijo, da so prepričani, da je šport koristen za zdravje in da to miselnost prenašajo tudi na svoje učence ($\bar{x} = 4,97$). Za izvajanje gimnastičnih vsebin pa rezultati vprašalnika kažejo, da se učitelji v povprečju počutijo najmanj usposobljene ($\bar{x} = 3,61$).

V Tabeli 10 so prikazane povprečne ocene o pomembnosti in razvitosti kompetenc s področja športa za izvajanje gimnastičnih vsebin. Učitelji so vsako od trditev ocenili z ocenami od 1 do 5, s čimer so ocenili svojo razvitost in podali mnenje o pomembnosti določene kompetence (1 – nimam razvito, 2 – imam slabo razvito, 3 – ne vem, 4 – imam dobro razvito, 5 – imam zelo razvito).

Tabela 10: Ocena pomembnosti in razvitosti podanih kompetenc.

	Kompetence učiteljev s področja športa	POMEMBNOST (povprečna ocena)	RAZVITOST (povprečna ocena)
a)	Poznavanje telesnega in gibalnega razvoja otrok.	4,71	3,71
b)	Poznavanje anatomije in fiziologije otrok.	4,35	3,52
c)	Poznavanje uradnega učnega načrta za šport.	4,68	4,35
d)	Usposobljenost za načrtovanje gimnastičnih vsebin.	4,45	3,87
e)	Usposobljenost za načrtovanje obremenitve učencev na različnih razvojnih ravneh.	3,87	3,58
f)	Usposobljenost za uporabo različnih učnih metod in učnih oblik, tudi na različnih razvojnih ravneh pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	4,55	3,74
g)	Usposobljenost za pripravo didaktičnih gradiv (plakati, učni listi, kartončki ...) za poučevanje gimnastike.	4,74	3,77
h)	Usposobljenost za vodenje rednega pouka športa (posredovanje novih učnih vsebin, utrjevanje, preverjanje znanja) na različnih razvojnih ravneh.	4,68	4,23
i)	Znanje demonstracije različnih gimnastičnih prvin.	4,55	3,84
j)	Usposobljenost za diferenciacijo in individualizacijo pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	4,55	3,77
k)	Poznavanje dejavnikov varne vadbe pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	4,52	4,23
l)	Usposobljenost za nudenje asistence/pomoči pri poučevanju	4,32	4,16

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

	gimnastičnih vsebin.		
m)	Usposobljenost za nudenje prve pomoči.	4,68	3,58
n)	Usposobljenost za poznavanje različnih metodičnih postopkov pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	4,52	3,55
o)	Poznavanje in preprečevanje telesnih poškodb (zvin, zlom ...).	4,68	3,77
p)	POVPREČNA OCENA	4,52	3,85

Skupna povprečna ocena vseh trditev o pomembnosti kompetenc je $\bar{x} = 4,52$, povprečna ocena vseh trditev anketirancev o svojih razvitostih teh kompetenc pa $\bar{x} = 3,85$. Na podlagi zbranih ocen lahko sklepamo, da si anketirani učitelji želijo dodatno razviti svoje kompetence za določene vsebine, čeprav načeloma povprečna ocena nad 3 pomeni, da učitelji svojo usposobljenost ocenjujejo kar visoko. Najbolj pomembno se jim zdi poznavanje telesnega in gibalnega razvoja otrok ($\bar{x} = 4,71$), najmanj pomembna kompetenca pa je za vprašane načrtovanje obremenitve učencev na različnih razvojnih ravneh ($\bar{x} = 3,87$). Kljub temu, da se jim zdi poznavanje telesnega in gibalnega razvoja otrok pomembno, to po razvitosti njihovih kompetenc zaseda šele deveto mesto ($\bar{x} = 3,71$). Najbolje so ocenili poznavanje uradnega učnega načrta ($\bar{x} = 4,35$), najmanj pa poznanje anatomijo in fiziologijo otrok ($\bar{x} = 3,52$).

Tabela 11: Povprečno število ur poučevanja posameznih gimnastičnih prvin.

	μ	SD	Min	Max
Akrobatika	4,55	3,67	0	15
Skoki	6,06	3,02	0	15
Vese in opore	4,94	3,02	0	10
Vaje ravnotežja na ožji površini	7,03	4,46	0	20
Ritmična gimnastika	4,45	4,25	0	20

Legenda: μ – povprečje; SD – standardni odklon; Min – minimum; Max – maksimum

Tabela 11 prikazuje povprečno število ur, ki jih učitelji namenijo poučevanju posameznih gimnastičnih prvin oziroma vsebin. Največ ur učitelji v povprečju namenijo poučevanju vaj ravnotežja na ožji površini ter poučevanju ritmične gimnastike ($n = 20$), najmanj pa učenju ves in opor ($n = 10$). Nekateri učitelji pa določenih gimnastičnih prvin sploh ne poučujejo.

Tabela 12: Povprečna ocena poznavanja metodičnih postopkov podanih vsebinskih sklopov.

	SKLOP IZ UČNEGA NAČRTA	POZNAVANJE (povprečna ocena)
a)	Osnove akrobatike	3,23
b)	Skoki	3,90
c)	Vese in opore	3,61
č)	Vaje ravnotežja na ožji površini	4,16
d)	Ritmika (ob glasbeni spremljavi)	3,45

Tabela 12 prikazuje povprečno oceno anketirancev o svojem znanju o metodičnih postopkih s področja športa za izvajanje gimnastičnih vsebin za vsako od naštetih prvin. Učitelji so svoje znanje o metodičnih postopkih ocenjevali z ocenami od 1 do 5, pri čemer je 1 pomenila, da metodičnih postopkov ne poznajo, 5 pa, da zelo dobro poznajo metodične postopke za poučevanje določenih gimnastičnih vsebin.

Učitelji najbolj poznajo metodične postopke za poučevanje ravnotežij na ožji površini ($\bar{x} = 4,16$), najmanj pa so seznanjeni z metodičnimi postopki za poučevanje osnov akrobatike ($\bar{x} = 3,23$).

Tabela 13: Povprečna ocena poznavanja pravilne izvedbe podanih vsebinskih sklopov.

	SKLOP IZ UČNEGA NAČRTA	POZNAVANJE (povprečna ocena)
a)	Osnove akrobatike	3,65
b)	Skoki	3,94
c)	Vese in opore	3,65
č)	Vaje ravnotežja na ožji površini	3,90
d)	Ritmika (ob glasbeni spremljavi)	3,45

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Tabela 13 prikazuje povprečno samooceno anketirancev o poznavanju pravilne izvedbe posameznih vsebinskih sklopov (osnov akrobatike, skokov, ves in opor, vaj ravnotežja na ožji površini ter ritmike). Odgovarjali so z obkroževanjem/označevanjem števil od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da ne poznajo pravilne izvedbe pri določeni gimnastični vsebini, ocena 5 pa, da zelo dobro poznajo pravilno izvedbo podanega vsebinskega sklopa pri gimnastiki.

Učitelji najbolj poznajo pravilno izvedbo za učenje skokov ($\bar{x} = 3,94$), tesno zatem poznavanje pravilne izvedbe za učenje vaj ravnotežja na ožji površini ($\bar{x} = 3,90$), učenju oziroma pravilni izvedbi osnov akrobatike ter ves in opor so učitelji namenili enako oceno ($\bar{x} = 3,65$), najnižjo pa učenju ritmične gimnastike ($\bar{x} = 3,45$).

Tabela 14: Povprečna ocena poznavanja pravilnega varovanja pri podanih vsebinskih sklopih.

	SKLOP IZ UČNEGA NAČRTA	POZNAVANJE (povprečna ocena)
a)	Osnove akrobatike	3,42
b)	Skoki	3,87
c)	Vese in opore	3,74
č)	Vaje ravnotežja na ožji površini	3,94
d)	Ritmika (ob glasbeni spremljavi)	3,65

Tabela 14 prikazuje povprečno samooceno anketirancev o poznavanju pravilnega varovanja pri podanih vsebinskih sklopih, pri čemer so svoje znanje ocenjevali z lestvico od 1 do 5, pri čemer je 1 pomenilo, da nimajo znanja za pravilno varovanje, ocena 5 pa, da obvladajo pravilno varovanje.

Najbolje so ocenili svoje znanje o varovanju pri učenju vaj ravnotežij na ožji površini ($\bar{x} = 3,94$), sledi poučevanje skokov ($\bar{x} = 3,87$), najslabše pa ocenjujejo svoje znanje o pravilnem varovanju pri osnovah akrobatike ($\bar{x} = 3,42$).

Tabela 15: Število ur tedenskega ukvarjanja s športom.

Število športnih ur na teden	
μ	5,35
SD	2,91
Min	2
Max	12

Legenda: μ – povprečje; SD – standardni odklon; Min – minimum; Max – maksimum

Tabela 15 prikazuje odgovor anketirancev na vprašanje, koliko časa sami porabijo za ukvarjanje s športom. Anketiranci v povprečju športu namenijo 5,35 ur na teden, najmanj dve in največ 12 ur.

Tabela 16: Zadovoljstvo s pogoji za izvajanje gimnastičnih vsebin.

	POGOJI	pogosto	redko	nikoli
a)	Prostori, kjer izvajate predmet šport.	58,06 %	38,71 %	3,23 %
b)	Materialni pogoji, ki so na voljo (oprema, orodja, rekviziti ...).	58,06 %	32,26 %	12,90 %
c)	Zagotovitev osebne športne opreme razrednim učiteljem.	25,81 %	19,35 %	54,84 %

Tabela 16 prikazuje odgovore anketirancev na vprašanje o zadovoljstvu s pogoji za izvajanje gimnastičnih vsebin, pri čemer so anketiranci označili, kako zadovoljni so s prostori, v katerih izvajajo športne aktivnosti, z materialnimi pogoji, ki so na voljo ter s športno opremo, ki jim jo ponudi oziroma da šola. Zadovoljstvo so ocenjevali z ocenami pogosto, redko ali nikoli.

Najbolj pogosto so zadovoljni s prostori, v katerih se izvaja predmet šport, in z materialnimi pogoji, ki so na voljo (58,06 %), najmanj pa so zadovoljni z zagotovitvijo osebne športne opreme razrednim učiteljem (54,84 % jih je odgovorilo, da s tem niso nikoli zadovoljni).

Tabela 17: Število udeležb na seminarju.

Udeležba na seminarjih	
μ	1,1
SD	1,47
Min	0
Max	5

Legenda: μ – povprečje; SD – standardni odklon; Min – minimum; Max – maksimum

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Zadnje vprašanje se je nanašalo na število obiskanih strokovnih seminarjev s področja gimnastike. Anketiranci so odgovorili, da so se v svoji karieri udeležili v povprečju enega seminarja (Tabela 17).

5 Zaključek

Učitelj je ključni dejavnik v izobraževalnih ustanovah za zagotavljanje kakovosti učenja in poučevanja. Pri predmetu šport učitelj vodi proces in izbira vsebine, cilje, metode in proces pa prilagaja posamezniku. Pri tem so pomembne učiteljeve kompetence, s katerimi izkoristi in uporabi pridobljeno znanje in veščine.

Namen naše raziskave je bil s kvantitativnim raziskovalnim pristopom ter deskriptivno metodo ugotoviti, kako razredni učitelji ocenjujejo svojo usposobljenost oziroma kompetentnost za poučevanje gimnastike, katera so tista področja, za katera se učitelji počutijo bolj usposobljene, in katera so tista, za katera se počutijo manj kompetentne.

Našo anketo je izpolnilo 57 učiteljev iz 24 slovenskih osnovnih šol. Od celotnega vzorca smo imeli samo enega predstavnika moškega spola. V povprečju so bili anketirani učitelji stari 41,3 leta s povprečno delovno dobo 17,2 leta.

Anketiranci so večinoma prepričani, da je šport koristen za zdravje in o tem osveščajo tudi svoje učence.

Vprašanja v anketi so bila zastavljena tako, da smo ugotovili, kakšen odnos imajo razredni učitelji do predmeta šport in gimnastike, katere gimnastične vsebine izvajajo najbolj in katere najmanj pogosto ter koliko ur letno jim namenijo, katere so najpogosteje uporabljene učne metode, v kolikšni meri učitelji poznajo metodične postopke poučevanja gimnastičnih prvin in ali so seznanjeni in usposobljeni za pravilno varovanje.

Rezultati ankete so pokazali, da pri poučevanju gimnastičnih prvin učitelji najraje poučujejo vaje na ožji površini in ritmično gimnastiko, kar nam v zgornjem delu prikazuje tabela 11. Pri poznavanju metodičnih postopkov so najvišjo oceno pripisali poučevanju vaj ravnotežja na ožji površini. Temu vsebinskemu sklopu so dodelili tudi največjo oceno poznavanja pravilnega varovanja. S tem smo odgovorili na raziskovalno vprašanje »V2: Katere pristope pri poučevanju in izvajanju gimnastične aktivnosti uporabljajo učitelji razrednega pouka?« Do podobnih ugotovitev je prišla tudi U. Kužnik (2013), ki je v svoji raziskavi ugotovila, da učitelji najpogosteje uporabljajo prvino skoki (23 %), sledita poučevanje vaj ravnotežja na ožji površini (22 %) in ritmična gimnastika (19 %). Najmanj pa so naklonjeni poučevanju akrobatike, kar je verjetno posledica strahu pred poškodbami in negotovosti pri varovanju.

Na raziskovalno vprašanje »V1: Kako učitelji razrednega pouka ocenjujejo pomembnost in razvitost kompetenc za izvajanje predmeta Šport in gimnastičnih vsebin?« so anketiranci v povprečju pomembnost kompetenc ocenili z oceno 4,52. Svojo razvitost teh kompetenc pa s povprečno oceno 3,85. Iz tega lahko sklepamo, da si anketirani učitelji želijo dodatno razviti svoje kompetence za določene vsebine. Povprečna ocena nad 3,0 sicer pomeni, da učitelji svoje kompetence ocenjujejo kar visoko. Ti rezultati se ujemajo z rezultati T. Šlajkovec (2016), ki je ugotovila, da so učitelji kar 22 kompetenc od 36 ocenili s povprečno oceno višjo

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

od 3,0. Do nasprotne ugotovitve pa je prišla I. Stopar (2007), ki ugotavlja, da učitelji menijo, da imajo dobro razvitih samo 10 kompetenc od 29. Če podrobneje pogledamo vsako kompetenco posebej, vidimo, da so učitelji podobno ocenili svoja šibka in močna področja kot v naši raziskavi. Razlog se skriva tudi v tem, da v naši raziskavi nismo uporabili istih postavk. V raziskavi I. Stopar (2007) so učitelji navedli, da se ne počutijo dovolj kompetentni pri vodenju in organizaciji športnih tekmovanj, pri delu z otroki s posebnimi potrebami, nudenju prve pomoči in poučevanju s sodobno informacijsko tehnologijo.

Na raziskovalni vprašanji »V5: Ali so učitelji razrednega pouka usposobljeni za načrtovanje in izvajanje gimnastičnih vsebin?« in »V6: Ali so učitelji razrednega pouka usposobljeni za nudenje pravilnega varovanja?« lahko odgovorimo s trditvijo, da si učitelji želijo imeti te sposobnosti bolj razvite, saj so pomembnost teh veščin ocenili z večjo oceno kot pa oceno razvitosti svojih kompetenc tako pri načrtovanju in izvajanju kakor pri nudenju pravilnega varovanja. V svojem diplomskem delu je U. Kužnik (2013) prišla do sklepa, da so učitelji bolj suvereni pri nudenju pomoči in pravilnem varovanju pri gimnastičnih sklopih, ki so lažje izvedljivi in pri katerih obstaja manjša možnost poškodb. Učitelji se morajo zavedati svojega znanja oz. neznanja o pravilnem načrtovanju vsebin in nudenju varovanja, ker v nasprotnem primeru lahko hitro pride do poškodb. Ob neustreznem načrtovanju in podajanju znanja lahko učenci gibe izvajajo nepravilno, kar ponovno pripelje do poškodb in napačnih gibalnih vzorcev.

Pri raziskovalnem vprašanju »V4: Ali so učitelji razrednega pouka zadovoljni z materialnimi pogoji, ki jih nudi njihova telovadnica na šoli in šola?« smo ugotovili, da so v anketirani učitelji večinoma zadovoljni s prostori za izvajanje predmeta šport in tudi z materialnimi pogoji, ki so jim na voljo. Oboje, skupaj z dobro organizacijo učitelja, z didaktičnega vidika zagotavlja optimalno izpeljavo učnega procesa. Tudi Jurak (2012) ugotavlja, da je opremljenost slovenskih šolskih športnih dvoran dobra in da se sklada s strokovnimi standardi. V zadnjih letih se je v Sloveniji zgradilo precej novih športnih dvoran in obnovilo stare. Naši anketiranci pa so sicer v povprečju precej nezadovoljni z zagotovitvijo osebne športne opreme.

Na podlagi pridobljenih rezultatov pri raziskovalnem vprašanju »V3: Ali se učitelji razrednega pouka dodatno izobražujejo na področju gimnastike?« bi učiteljem razrednega pouka predlagali, da se udeležijo kakšnega seminarja s področja gimnastike, če se ne počutijo dovolj kompetentne na tem področju. Za demonstracijo oziroma predstavitev določenega elementa si lahko pomagajo tudi s sodobno učno tehnologijo, kot so na primer tablice, posnetki na portalu YouTube, različne aplikacije itd. Šolam svetujemo, da redno pregledujejo gimnastične pripomočke in orodja tako, da bodo ti varni in primerni za nemoteno in kakovostno delo. Razrednim učiteljem svetujemo, naj se povežejo s športnim pedagogom, ki je usposobljen za učenje gimnastike in lahko posreduje potrebne informacije in znanje s tega področja. Za šole bi bilo po našem mnenju koristno, da bi v popoldanskih urah svojim učencem ponudile dodatne ure gimnastike oziroma krožek gimnastike, saj je ta športna panoga zelo pomembna pri razvoju različnih gibalnih sposobnosti šoloobveznih otrok. Glede na pridobljene rezultate lahko rečemo, da si razredni učitelji želijo pridobiti nova znanja in kompetence s področja gimnastike in predmeta šport. Še posebej bi se morala šola

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

osredotočiti na učitelje z daljšo delovno dobo, ki brez izobraževanj in usposabljanj ne poznajo novih načinov in smernic poučevanja.

Napotki za nadaljnje raziskave bi bili, da se raziskavo opravi na večjem vzorcu učiteljev, spremeni določen tip vprašanj ter poenoti ocenjevalno lestvico. Na podlagi rezultatov bi lahko pripravili in oblikovali ustrezen izobraževalni program in potrebne priročnike za razredne učitelje.

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

6 Literatura in viri

- Bela knjiga o vzgoji in izobraževanju v Republiki Sloveniji (ur.: Krek, J., & Metljak, M.). 2011. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- Bizjan, M. (1999). Šport od mladosti k zrelosti. Ljubljana: Knjigarna Karantanija.
- Bolkovič, T., in Čuk, I. (1994). Športna gimnastika v osnovni šoli. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Brundrett, M., & Silcock, P. (2002). Achieving competence, success, and excellence in teaching. London: Routledge Falmer.
- Bučar Pajek, M., Kovač, M., & Jurak, G. (2012). Obseg in kakovost športne opreme in pripomočkov za izvedbo športne vzgoje. V Jurak, G. (ur.). Analiza šolskih športnih dvoran z uporabniškega vidika, str. 105–111. Ljubljana: Fakulteta za šport. Dostopno 4. 5. 2018 na <https://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Monografije/Telovadnice.pdf>.
- Berčič, H. (2004). Gibalno/športna dejavnost v otroštvu in mladosti kot dejavnik aktivnega življenjskega sloga odraslih. V Pišot, R., Štemberger, V., Zurb, J., & Obid, A. Zbornik izvlečkov in prispevkov Otroci v gibanju, str. 9. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče.
- European Commission, EACEA, Eurydice (2013). Physical Education and Sport at School in Europe. Eurydice Report. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- Fullan, M. G. (1993). Why Teachers Must Become Change Agents. V: The Professional Teacher, letnik 50, št. 6, str. 12–17. Dostopno 28. 9. 2019 na <http://www.ascd.org/publications/educational-leadership/mar93/vol50/num06/Why-Teachers-Must-Become-Change-Agents.aspx>
- Jambrešič, M. (2003). Analiza športnega programa ABC za otroke od drugega do devetega leta starosti. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Jurak, G. (2010). Analiza materialne podstrukture športa v Republiki Sloveniji. V Kolar, E., Jurak, G., Kovač, M. (ur.), Analiza nacionalnega programa športa v Republiki Sloveniji. 2000–2010, str. 287–306. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Jurak, G. (ur.). (2012). Analiza šolskega športnega prostora s smernicami za nadaljnje investicije. Zaključno poročilo. Ljubljana: Fakulteta za šport. Dostopno 2. 5. 2019 na https://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Monografije/Analiza_skupaj3.pdf.
- Jurak, G., Kovač, M., & Strel, M. (2004). Mnenja razrednih učiteljic o njihovih kompetencah za poučevanje športne vzgoje po novem učnem načrtu. V Pišot, R., Štemberger, V., Zurb, J., & Obid, A. Zbornik izvlečkov in prispevkov Otroci v gibanju, str. 9. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno raziskovalno središče Koper, Inštitut za kineziološke raziskave. Kovač, M. & Slana, N. (ur.), Objekti in oprema namenjeni šolski športni vzgoji, str. 47–51. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo in šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 5–29, Ljubljana: Fakulteta za šport.

- Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 38–48, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 49–61, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 62–72, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 73–98, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 99–119, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 120–134, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 135–152, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. et. al., Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole, str. 169–179, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M., Strel, J. & Jurak, G. (2003a). Nekatera teoretična izhodišča preverjanja in ocenjevanja znanja iz športne vzgoje. V: Šport, priloga, letnik 51, št. 2, str. 21–27.
- Kovač, M., Strel, J. & Jurak, G. (2003a). Nekatera teoretična izhodišča preverjanja in ocenjevanja znanja iz športne vzgoje. V: Šport, priloga, letnik 51, št. 2, str. 28–34.
- Kovač, M. et al. (2011). Učni načrt. Program osnovna šola. Športna vzgoja. Ljubljana: Ministrstvo RS za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo.
- Krek, J. (2011). Foreword. V Valenčič Zuljan, M. & Vogrinc, J. (ur.), European dimensions of teacher education: similarities and differences. Dostopno 4. 5. 2018 na <file:///C:/Users/kaja/Downloads/EuropeanDimensionsofTeacherEducationZULJAN.pdf>
- Kristan, S., Cankar, A., Kovač, M. & Praček, T. (1992). Smernice šolske športne vzgoje. Konceptija in strategija športne vzgoje v Sloveniji, 2. faza projekta. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo in šport.
- Kristan, S. (2009). Pogledi na šport 1. Šolska športna vzgoja in njeno ocenjevanje. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Kroflič, R. (1997). Med poslušnostjo in odgovornostjo: procesno-razvojni model moralne vzgoje. Ljubljana: Vija.
- Kužnik, U. (2013). Mnenje učiteljev o sposobnosti za poučevanje gimnastičnih vsebin pri športni vzgoji. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Lomšek – Macura, U. & Vajngerl, B. (1999). Prvi koraki v ritmični gimnastiki. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Marentič Požarnik, B. (2003). Psihologija učenja in pouka. Ljubljana: DZS.

- Toplišek, K. (2019). *Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole*. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.
- Novak, D., Čuk, I., & Kovač, M. (2008). *Gimnastična abeceda: priročnik za učitelje športne vzgoje in razrednega pouka*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Peklaj, C., Kalin, J., Puklek Levpušček, M., Pečjak, S., Valenčič Zuljan, M., & Košir, K. (2008). *Izobraževanje učiteljev za nove kompetence za družbo znanja ter vloga teh kompetenc pri uresničevanju vzgojno-izobraževalnih ciljev v šoli*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani.
- Peklaj, C., Kalin, J., Puklek Levpušček, M., Pečjak, S., Valenčič Zuljan, M., & Ajdišek, N. (2009). *Učiteljske kompetence in doseganje vzgojno-izobraževalnih ciljev v šoli*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.
- Pistotnik B. (2011). *Osnove gibanja v športu*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pollard, A., & Tann, S. (1994). *Reflective teaching in the primary school. A handbook for the classroom*. London; New York: Cassell.
- Razdevšek Pučko, C. (2004a). *Kompetence učiteljev*. Dostopno 8. 9. 2019 na <http://www.pef.uni-lj.si/bologna/dokumenti/kompetence.pdf>.
- Strmčnik, F. (2001). *Didaktika: osrednje teoretične teme*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Stopar, I. (2007). *Kompetence razrednih učiteljev za športno vzgojo*. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Sicherl-Kafol, B. (2007). *Procesni in vsebinski vidiki medpredmetnega povezovanja*. V: *Učitelj v vlogi raziskovalca* (str. 112–130). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Svetlik, I. (1997). *Kurikularna prenova*. Zbornik. Ljubljana: Nacionalni kurikulumni svet.
- Škof, B., Zabukovec, V., Cecič Erpič, S. in Boben, D. (2005). *Pedagoško-psihološki vidiki športne vzgoje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Škof, B. in Kovač, M., *Zbornik referatov 16. strokovnega posveta zveze društev športnih pedagogov Slovenije*, str. 57–67. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije (2003b).
- Škof, B. in Kovač, M., *Zbornik referatov 16. strokovnega posveta zveze društev športnih pedagogov Slovenije*, str. 47–56. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije (2003a).
- Šlajkovec, T. (2016). *Kompetence učiteljev razrednega pouka za zagotavljanje kakovosti predmeta šport*. (Magistrska naloga). Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta, Ljubljana.
- Štemberger, V. (2004a). *Uporaba učnih metod in učnih oblik pri športni vzgoji v prvem triletju*. V: Pišot, R. et al. (ur.), *Otrok v gibanju*, 3. mednarodni simpozij, Zbornik prispevkov, str. 6. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče.
- Štemberger, V. (2004b). *Načrtovanje športno-vzgojnega procesa kot kazalec kakovosti športne vzgoje v prvi triadi*. V: *Pedagoška obzorja*. Letnik 19, št. 2, str. 100–111.
- Štemberger, V. (2007). *Športna vzgoja na podružnični šoli*. Dostopno 2. 10. 2018 na http://www.pef.uni-lj.si/didaktikasv/zaposleni/CLANKI/Vesna_Stemberger_PODRUZNICNE-SOLE-13-2-07.pdf

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

Vauhnik, J., Kovač, M., Cankar, F., Šubelj, A., Slana, N., & Slana, F. (1991). Izobraževanje v Sloveniji za 21. stoletje. Konceptija in strategija športne vzgoje v Sloveniji. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.

Videmšek, M., Strah, N., Stančevič, B. (2001). Igrajmo se skupaj. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). Šport za najmlajše. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

7 Priloge in izjava o avtorstvu

Spodaj podpisana Kaja Toplišek, rojena 13. 6. 1992 v Ljubljani, izjavljam, da je predloženo magistrsko delo izključno rezultat mojega lastnega dela.

PRILOGA 1: Vprašalnik za učitelje

Spoštovani,

sem Kaja Toplišek, študentka magistrskega študija na Pedagoški fakulteti, Univerze v Ljubljani, smer Poučevanje na razredni stopnji. Pripravljam magistrsko delo pod mentorstvomizr. prof. dr. Vesne Štemberger, s katerim želim ugotoviti, ali učitelji razrednega pouka razvijajo svoje strokovne kompetence s področja poučevanja gimnastičnih vsebin in kako pomembna se jim zdi športna aktivnost. Prosim vas, da si vzamete čas, vprašanja pozorno preberete in nanja iskreno odgovorite.

Vprašalnik je anonimen, pridobljeni podatki bodo uporabljeni zgolj v raziskovalne namene. Pri vsakem vprašanju izberite samo en odgovor, razen tam, kjer je navedeno drugače.

Za vaše sodelovanje se vam že vnaprej iskreno zahvaljujem.

1. Spol:

- a) M
- b) Ž

2. Starost v letih: _____

3. Razred, ki ga poučujete: _____ razred.

4. Šola in kraj kjer poučujete: _____ .

4. Delovna doba v letih: _____ let.

5. Koliko časa poučujete/ste poučevali predmet šport: _____ let.

6. V tem šolskem letu ste namenili poučevanju gimnastike (gimnastična abeceda/gimnastika z ritmično izraznostjo):

_____ ur.

Toplišek, K. (2019). Kompetence učiteljev razrednega pouka za poučevanje gimnastičnih vsebin v prvem triletju osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: UL PEF.

7. Ali s kom sodelujete pri načrtovanju gimnastičnih vsebin? (Možnih je več odgovorov).

- a) s športnim pedagogom,
- b) z drugimi razrednimi učitelji/cami,
- c) z učiteljem OPB,
- d) z nikomer,
- e) drugo: _____

8. S številkami od 1 do 5 označite, v kolikšni meri se strinjate z naslednjimi trditvami (1 – sploh se ne strinjam, 5 – popolnoma se strinjam).

a)	Za izvajanje gimnastičnih vsebin se čutim dovolj usposobljeno.	1	2	3	4	5
b)	Pri posredovanju gimnastičnih vsebin sodelujem/demonstriram tudi sam/a.	1	2	3	4	5
c)	Moj odnos do športa vpliva tudi na odnos do poučevanja gimnastike.	1	2	3	4	5
d)	Prepričan/a sem da je šport koristen za zdravje in to prenašam tudi na svoje učence.	1	2	3	4	5

9. S številkami od 1 do 5 v prvem stolpcu označite, kako pomembne so za vas naslednje kompetence s področja športa za izvajanje gimnastičnih vsebin (1 - ni zelo pomembna, 2 – ni pomembna, 3 – ni nepomembna niti pomembna, 4 – je pomembna, 5 – je zelo pomembna).

10. V drugem stolpcu s številkami označite, kako razvite imate po vašem mnenju kompetence s področja športa za izvajanje gimnastičnih vsebin (1 – nimam razvito, 2 – imam slabo razvito, 3 – ne vem, 4 – imam dobro razvito, 5 – imam zelo razvito):

	Kompetence učiteljev s področja športa	POMEMBNOST					RAZVITOST				
a)	Poznavanje telesnega in gibalnega razvoja otrok.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
b)	Poznavanje anatomije in fiziologije otrok.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
c)	Poznavanje uradnega učnega načrta za šport.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
d)	Usposobljenost za načrtovanje gimnastičnih vsebin.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
e)	Usposobljenost za načrtovanje obremenitve učencev na različnih razvojnih ravneh.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
f)	Usposobljenost za uporabo različnih učnih metod in učnih oblik, tudi na različnih razvojnih ravneh pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
g)	Usposobljenost za pripravo didaktičnih	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

	gradiv (plakati, učni listi, kartončki ...) za poučevanje gimnastike.		
h)	Usposobljenost za vodenje rednega pouka športa (posredovanje novih učnih vsebin, utrjevanje, preverjanje znanja) na različnih razvojnih ravneh.	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
i)	Znanje demonstracije različnih gimnastičnih prvin.	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
j)	Usposobljenost za diferenciacijo in individualizacijo pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
k)	Poznavanje dejavnikov varne vadbe pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
l)	Usposobljenost za nudenje asistenc/pomoči pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
m)	Usposobljenost za nudenje prve pomoči.	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
n)	Usposobljenost za poznavanje različnih metodičnih postopkov pri poučevanju gimnastičnih vsebin.	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
o)	Poznavanje in preprečevanje telesnih poškodb (zvin, zlom ...).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

11. Spodaj označite, koliko ur povprečno namenite poučevanju posameznih gimnastičnih vsebin iz učnega načrta za šport:

a) Akrobatika: _____ ur.

b) Skoki : _____ ur.

c) Vese in opore: _____ ur.

č) Vaje ravnotežja na ožji površini: _____ ur.

d) Ritmična gimnastika: _____ ur.

DRUGO:

12. V drugem stolpcu obkrožite, kako dobro poznate metodične postopke s področja športa za izvajanje gimnastičnih vsebin za vsako posamezno prvino (1 – zelo slabo, 2 – slabo, 3 – ne vem, 4 – dobro, 5 – zelo dobro).

	SKLOP IZ UČNEGA NAČRTA	POZNAVANJE
a)	Osnove akrobatike	1 2 3 4 5
b)	Skoki	1 2 3 4 5
c)	Vese in opore	1 2 3 4 5
č)	Vaje ravnotežja na ožji površini	1 2 3 4 5
d)	Ritmika (ob glasbeni spremljavi)	1 2 3 4 5

13. V drugem stolpcu obkrožite, kako dobro ste seznanjeni s pravilno izvedbo posamezne gimnastične vsebine (1 – zelo slabo, 2 – slabo, 3 – ne vem, 4 – dobro, 5 – zelo dobro).

	SKLOP IZ UČNEGA NAČRTA	SEZNANJENOST
a)	Osnove akrobatike	1 2 3 4 5
b)	Skoki	1 2 3 4 5
c)	Vese in opore	1 2 3 4 5
č)	Vaje ravnotežja na ožji površini	1 2 3 4 5
d)	Ritmika (ob glasbeni spremljavi)	1 2 3 4 5

14. V drugem stolpcu obkrožite, kako dobro ste seznanjeni s pravilnim varovanjem oziroma nudenjem pomoči učencem pri posameznih gimnastičnih vsebinah (1 – zelo slabo, 2 – slabo, 3 – ne vem, 4 – dobro, 5 – zelo dobro).

	SKLOP IZ UČNEGA NAČRTA	SEZNANJENOST
a)	Osnove akrobatike	1 2 3 4 5
b)	Skoki	1 2 3 4 5
c)	Vese in opore	1 2 3 4 5
č)	Vaje ravnotežja na ožji površini	1 2 3 4 5
d)	Ritmika (ob glasbeni spremljavi)	1 2 3 4 5

15. Koliko časa v povprečju sami porabite za ukvarjanje s športom (hoja, tek, rolanje, plavanje, kolesarjenje ...) na teden v svojem prostem času?

_____ ur.

16. V drugem stolpcu označite, ali ste zadovoljni s pogoji, ki jih nudi šola za izvajanje gimnastičnih vsebin. (Obkrožite/izberite samo en odgovor).

	POGOJI			
a)	Prostori, kjer izvajate predmet šport	pogosto	Redko	nikoli
b)	Materialni pogoji, ki so na voljo (oprema, orodja, rekviziti ...).	pogosto	Redko	nikoli
c)	Zagotovitev osebne športne opreme razrednim učiteljem.	pogosto	Redko	nikoli

17. Koliko izobraževalnih programov oziroma strokovnih seminarjev s področja gimnastike ste se že udeležili? (Odgovor zapišite s številko).

_____ .