



Gregor Jurak,
Marjeta Kovač

Pomen šolske športne dvorane za razvoj športne kulture

Povzetek

V prispevku predstavljamo pomen šolskih športnih dvoran za gibalno dejavnost ljudi, značilnosti športne dvorane kot učnega okolja in nekatere osnovne pojme, ki so povezani s šolsko športno dvorano, njihovo razumevanje pa predstavlja osnovo za preučevanje različnih značilnosti šolskih športnih dvoran iz uporabniškega vidika; to je iz vidika učencev in učiteljev ter drugih uporabnikov šolske športne dvorane v času izven pouka.

Ključne besede: management športnih objektov, telovadnica, učno okolje, športna vzgoja, gibalna dejavnost.



■ Športni objekti kot dejavnik gibalne dejavnosti prebivalstva

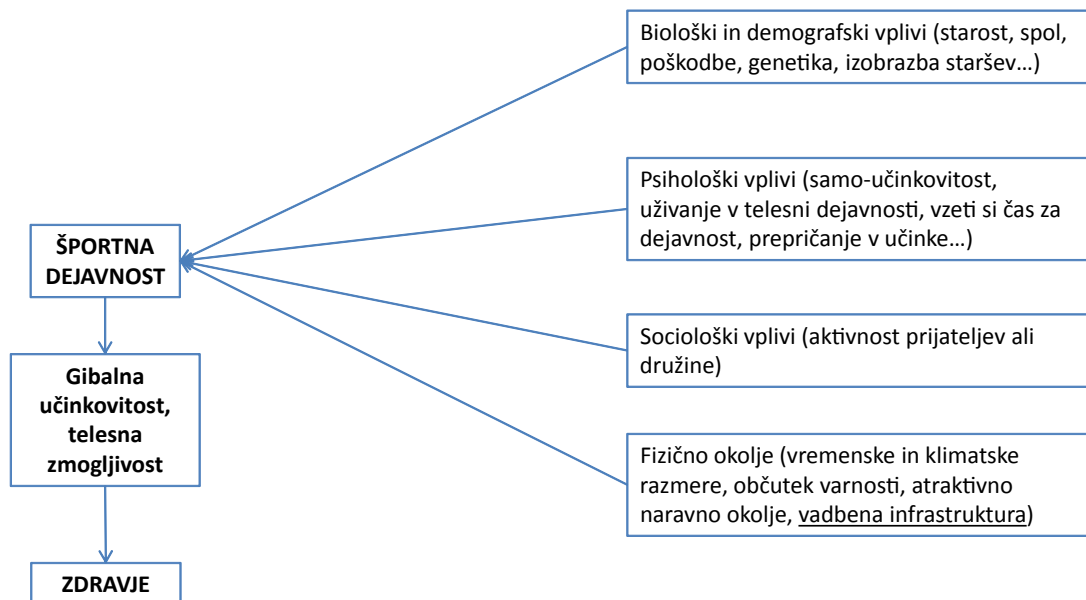
Spremenjeni življenjski slogi se v razvitih državah kažejo v povečanem deležu ljudi, posebej mladih, s prekomerno telesno težo (Currie idr., 2004; James, 2004; Starc, Strel in Kovač, 2010; Starc in Strel, 2010; Strel idr., 2007; Wedderkopp idr., 2004;) in zmanjšanju njihovega gibalnega potenciala, zlasti vzdržljivosti in moči (Beunen idr., 1992; Ortega idr., 2011; Strel idr., 2007). Povečani telesni masi ne sledi ustrezno povečanje aerobnih sposobnosti (Armstrong in Welsman, 1994), zato izsledki kažejo tudi na upad rezultatov v dejavnostih, ki zahtevajo premikanje telesne mase (Ortega idr., 2011; Strel idr., 2007; Wedderkopp idr., 2004:). Navedeni trendi zmanjšanja telesne zmogljivosti pomenijo dejavnike tveganja za kardiovaskularne bolezni, ki so eden najpogostejših vzrokov umrljivosti (Daniels, Morrison, Sprecher, Khoury in Kimball, 1999). Longitudinalne študije (Andersen, Henckel in Saltin, 1989; Kemper idr., 1999) kažejo na pomemben vzajemni vpliv dejavnikov tveganja, medtem ko je vpliv izoliranih dejavnikov manjši (Brettschneider idr., 2004). Eden zelo pomembnih dejavnikov tveganja za kardiovaskularne bolezni je telesna oziroma športna nedejavnost ljudi (Brettschneider idr., 2004; Ferreira idr., 2007; Strel idr., 2007). Raziskovalni izsledki kažejo različne povezave športne dejavnosti z raznimi dejavniki (Ferreira idr., 2007; Sallis, Prochaska in Taylor (2000) (Prikaz 1). Eden pomembnih dejavnikov je materialno okolje. Sallis, Prochaska in Taylor (2000) ugotavljajo na podlagi pregleda številnih tovrstnih študi-

dij, da obstaja konsistenten pozitiven vpliv možnosti za športno vadbo na športno udejstvovanje.

Glede na prikazani vpliv bi morale strategije spodbujanja gibalne in športne dejavnosti vključevati tudi ukrepe na področju športnih objektov. Nacionalni program športa (v nadaljevanju: NPŠ) za obdobje 2000–2010 (Uradni list RS, št. 24/00 in 31/00) je med prednostne razvojne naloge postavil načrtovanje in gradnjo novih ter posodobitev obstoječih športnih objektov in gospodarjenja z njimi. Posebno skrb je namenil gradnji in vzdrževanju večnamenskih športnih objektov in spremljajoče infrastrukture, zlasti športnega prostora v šoli, ki bi naj bil kar najbolje izkoriščen tudi zunaj šolskih delovnih dni za potrebe, ki jih imajo učenci, starši in društva. Tako je mogoče namreč ustvariti povezave med športom v družini, šoli in družtvih. Zaradi dostopnosti vsem skupinam prebivalstva NPŠ izpostavlja tudi urejenost naravnega prostora za športne namene.

Analiza navedenega NPŠ (Jurak, 2010) kaže, da smo v preteklem desetletju najbolje zgradili ustrezno mrežo športnih površin ravno na omenjenih dveh področjih. Zagotovili smo dobre infrastrukturne pogoje za športno dejavnost znotraj osnovnošolskega izobraževanja in športno-rekreativno dejavnost na prostem. Povezave med rastjo športno dejavnih prebivalcev in obsegom športnih površin kažejo, da so bili ukrepi na področju gradnje športnih objektov zastavljeni v pravi smeri, saj je bil strateški cilj povečanja števila športno dejavnih dosežen ali celo presežen. Slovenci smo med telesno najbolj dejavnimi narodi v Evropi, takoj za Skandinavci,

Prikaz 1: Model dejavnikov vpliva na gibalno dejavnost



Vir: prirejeno po Sallis, Prochaska in Taylor (2000).

ustrezna uporaba narave kot največje športne površine pa se zrcali v tem, da smo prvi v koriščenju naših naravnih danosti za ta namen (83 % Slovencev je športno ali telesno dejavnih v naravi; Eurobarometer Sport and Physical Activity, 2010).

Velika večina navedenih športnih objektov in površin je v lasti lokalnih skupnosti, zato je razumljivo, da so največje investicijsko breme pri gradnji mreže športnih objektov in površin nosile občine (Jurak, 2010). To ima lahko poleg pozitivnih učinkov tudi negativne posledice, če investicije niso dovolj domišljene z vidika vseh tveganj. Takšni športni objekti lahko namreč predstavljajo preveliko breme za občinske proračune še dolga desetletja, saj njihovo delovanje zahteva ustrezna sredstva za obratovanje in vzdrževanje.

S pospešenim povezovanjem šolskega in športnega prostora v preteklem desetletju so pridobile ustrezne vadbene pogoje zlasti tiste športne panoge, ki potekajo v športnih dvoranah (npr. košarka, rokomet, odbojka, gimnastika, borilni športi, badminton, namizni tenis, ples, mali nogomet). Zaradi različnih sofinancerjev in nadgrajenja šolskega standarda s športnim nimamo popolnega pregleda nad zgrajenim, kar otežuje oblikovanje optimalne mreže pokritega športnega prostora. Hkrati so bili objekti, zgrajeni pred leti, energetsko potratni in manj prijazni do različnih skupin uporabnikov. Tako imajo številni objekti slabo rešeno akustiko, kar predstavlja težave pri sporazumevanju med uporabniki vadbene prostora, neprimerni športni podi povzročajo okvare ali poškodbe gibalnega aparata udeležencev vadbe, slabo prezračevanje in slabo načrtovani spremljajoči sanitarni prostori pa odvrčajo udeležence od vadbe. Problem predstavlja tudi slaba izkoriščenost objektov v določenih delih dneva, tedna ali leta oziroma prezasedenost v času, ko poteka šolski pouk.

Eden od ciljev naslednjega NPŠ bi zato moral biti zagotavljanje ustrezne prostorske umeščenosti športnih objektov, kakovostne izkoriščenosti in učinkovitega ravnanja z njimi (Jurak idr., 2010). Zato je bil glavni namen našega raziskovalnega dela ovrednotiti stanje najbolj obsežnejšega dela športne infrastrukture, tj. pokritega šolskega športnega prostora z vidika nadgradnje s športnim standardom (povezanost s civilno in zasebno športno sfero) in racionalnosti takšne gradnje s športno-strokovnega vidika. Na podlagi tega smo pripravili smernice za nadaljnje ukrepanje, zlasti za javna vlaganja v stare in gradnjo novih šolskih športnih dvoran in telovadnic, analiza pa lahko predstavlja tudi osnovo za spremljavo uspešnosti ter učinkovitosti prihodnjih NPŠ.

Na tej podlagi je mogoče zasnovati športno-tehnološki premik, ki bo zagotovil kakovostne športne prostore in s tem možnost sodobnejše športne ponudbe.

■ Športna dvorana kot učno okolje

Predmet našega preučevanja je bila šolska športna dvorana oziroma telovadnica. Za namen našega dela opredeljujemo športno dvorano kot prostor, ki je namenjen več različnim športnim vsebinam, zlasti pa je v njem mogoče izvajati športne igre (košarka, odbojka, mali nogomet, rokomet idr.). Optimalna velikost večnamenske vadbene športne dvorane je 47x28x7 m, z dvema dvžnima pregradnima stenama (trije vadbene prostori 28x15 m) in pomičnimi tribunami (Sklepi posvetovanja o telesni vzgoji v osnovnem in usmerjenem izobraževanju, 1979). V preteklosti smo gradili tudi t. i. dvoprekatnice, tj. večnamenske športne dvorane z dvema vadbena enotama. Najbolj pogoste, a pogosto neustrezne, so večnamenske športne dvorane z eno vadbena enoto. Poleg navedenih dvoran v šolskem prostoru poznamo še telovadnice, ki jih opredeljujemo kot športne prostore običajno manjših dimenzij, ki so namenjeni mlajšim starostnim skupinam ali pa ožji uporabi z vidika športne vadbe (npr. plesna dvorana, gimnastična dvorana, dvorana za namizni tenis, borilnica ipd.). V njih običajno udeleženci vadbe ne izvajajo športnih iger.

Vadbene športne objekte, med katere v prvi vrsti sodi šolska športna dvorana, lahko ovrednotimo skozi prizmo učenja in poučevanja. Kot učno oz. trenažno okolje je pomemben dejavnik kakovostnega procesa športne vadbe. Učitelji¹ stalno iščejo strategije za izboljšanje vadbene procesa, pri tem pa so večinoma osredotočeni na didaktične postopke, manj pa na učno okolje. Učno okolje lahko razumemo kot rezultat dinamičnega razmerja med različnimi fizičnimi elementi in odnosi ter dejavnostmi različnih uporabnikov učne skupnosti. Ustrezno učno okolje olajša komunikacijo, zagotovi prijetno vzdušje in ugodno vpliva na zdravje ter zmogljivosti vadečih in učiteljev.

Šolska športna dvorana in telovadnica predstavljata učno okolje, v katerem delata športni pedagog in razredna učiteljica ali v popoldanskem času oziroma ob pouka prostih dnevih tudi drug športni strokovnjak. Primernost učnega okolja označujejo številni dejavniki: izbor športnih naprav in orodja, njihova razporeditev v prostoru, shranjevanje ter funkcionalnost postavi-

¹Učitelj je v tem kontekstu strokovno izobražen ali usposobljen strokovnjak, ki vodi športno vadbo.

tve z vidika pogostosti njihove uporabe, športni pod, osvetljenost, odmevni čas v telovadnici, prezračevanje, število in kakovost športnih pripomočkov ter njihova primernost razvojni stopnji. Slabši pogoji zahtevajo improvizacijo učitelja pri poučevanju, večkrat pa tudi negativno vplivajo na zdravje učencev in učitelja. Podatki raziskav kažejo, da se več kot 50 % vseh nesreč v šoli zgodi na igriščih ali v telovadnici (Pangrazi, 1999, str. 187), v zadnjih letih pa je v šolah opazen tudi izrazit porast poškodb (Nelson, Alhajj, Yard, Comstock in McKenzie, 2009). Predvidevamo, da je poleg spremenjnih telesnih značilnosti in slabše gibalne pripravljenosti učencev (Brettschneider in Naul, 2004; Starc, Strel in Kovač, 2010) pomemben vzrok nesreč in poškodb manj primerna organizacija pouka v danem učnem okolju oziroma neustrezno učno okolje. Slabši pogoji dela vplivajo tudi na vrsto zdravstvenih težav, tudi okvar, ki jih navajajo učitelji. Najpogostejše so bolečine v križu in okvare hrbtenice, sledijo pa težave z glasom (hripavost, izguba glasu), prehladi in težave s sluhom (Kovač, Leskošek, Hadžić in Jurak, 2011). Dolžnost učitelja športne vzgoje je, da poskrbi za varne vadbene pogoje, v katerih bo možnost nesreč in z njimi povezanih poškodb čim manjša, sebi pa zagotovi ustrezno zdravo delovno okolje. Med te pogoje v prvi vrsti sodi športna dvorana z vsemi svojimi značilnostmi.

Materialna opremljenost šol v Sloveniji je s kvantitativnega vidika zadovoljiva, saj smo v zadnjih letih zgradili številne nove šolske športne dvorane in obnovili stare (Jurak, 2010), s kakovostnega vidika pa opažamo tudi nekatere slabosti, saj so normativna izhodišča za gradnjo, opremo in vzdrževanje športnih dvoran pomanjkljiva (Jurak, 2010), zato se pojavljajo nekatere neustrezne rešitve (npr. nefunkcionalna razporeditev prostorov, športnih naprav in opreme ter skladišč opreme, slaba akustika, nekakovosten športni pod, nezaščitene naletne površine ipd.). Zaznane pomanjkljivosti so opazne tudi pri prostoru in opremi za športno vzgojo na razredni stopnji, saj pouk poteka najpogosteje v premajhnih prostorih in z neprilagojenimi športnimi pripomočki glede na značilnosti razvojne stopnje mlajših šolarjev (Štemberger, 2002), izpeljavi športnovzgojnega procesa v srednjih šolah in na ljubljanski univerzi v najetih prostorih (prostori niso prilagojeni izpeljavi procesa za to populacijo; v njih so hkrati tudi drugi udeleženci vadbe ipd.), izpeljavi športnovzgojnega procesa na podružničnih šolah (večina nima primernih športnih površin), preslabi opremljenosti šol s pripomočki, ki bi bili prilagojeni različnim sposobnostim učencev (npr. lahke, mehke žoge, nižji koši, pregibne ovire ipd.),

zastarelih in iztrošenih športnih napravah in opremi v približno tretjini šol in neurejenosti zunanjih površin, kot so predmeti na igriščih, s katerimi se lahko učenci poškodujejo, zanemarjene atletske naprave, napačno pričvrščeni goli, neurejena in nevarna otroška igrišča s poškodovanimi igrali (Čuk, Bučar, Videmšek in Hosta, 2007).

Literatura

- Andersen, B. L., Henckel, P. in Saltin, S. (1989). Risk factors for cardiovascular disease in 16 – 19 year-old teenagers. *Journal of Internal Medicine*, 225, 157–163.
- Armstrong, N. in Welsman, J. (1994). Assessment and interpretation of aerobic function in children and adolescents. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 22, 435–476.
- Beunen, G., Lefevre, J., Claessens, A. L., Lysens, R., Maes, H., Renson, R. idr. (1992). Age-specific correlations analyses of longitudinal physical fitness in men. *European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology*, 64, 538–545.
- Brettschneider, W. D., Naul, R., Armstrong, N., Diniz, H. A., Froberg, K., Laakso, L. idr. (2004). *Study on young people's lifestyle and sedentariness and the role of sport in the context of education and as a means of restoring the balance. Final report.* Paderborn: EC, Directorate-General for Education and Culture, Unit Sport.
- Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W., Samdal, O. idr. (2004). *Young people's health in context. Health behavior in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey.* (Health policy for children and adolescents, no. 4). Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe.
- Čuk, I., Bučar, M., Videmšek, M. in Hosta, M. (2007). Poškodbe otrok na otroških igriščih. *Šport, priloga Otroška igrišča*, 55(1), 26–28.
- Daniels, S.R., Morrison, J.A., Sprecher, D.L., Khoury, P. in Kimball, T.R. (1999). Association of body fat distribution and cardiovascular risk factors in children and adolescents. *Circulation*, 99: 541–5.
- Eurobarometer Sport and Physical Activity, 2010, Brussels: European Commission. Dosegljivo 1.9.2012 na http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_334_en.pdf.
- Ferreira, I., Van der Horst, K., Wendel-Vos, W., Kremers, S., van Lenthe, F. in Brug, J. (2007). Environmental correlates of physical activity in youth – A review and update. *Obes Rev*; 8: 129–54.
- James, P.T. (2004). Obesity: the worldwide epidemic. *Clinics in Dermatology* 22: 276–80.
- 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., Kolar, E., Kovač, M., Bednarik, J., Štrumbelj, B., Kolenc, M. (2010). Predlog nacionalnega programa športa v Republiki Sloveniji 2011-2020. *Šport*, 58(1-2), str. 133–172.
- Kemper, H. C., Post, G. B., Twisk, J. W. in Van Mechelen, W. (1999). Lifestyle and obesity in adolescent and young adulthood: results from Amsterdam Growth and Health Longitudinal Study (AGAHL). *International Journal of Obesity Related Metabolic Disorders*, 23 (Suppl 3), 34–40.
- Kovač, M., Leskošek, B., Hadžić, V. in Jurak, G. (2011). S poklicem povezane zdravstvene težave slovenskih učiteljev športne vzgoje – razlike glede na spol in starost. *Šport*, 59 (3/4), 9–14.

15. National Programme of Sport in the Republic of Slovenia. (2000). Ljubljana: Ministry of Education and Sport.
16. Nelson, N. G., Alhaji, M., Yard, E., Comstock, D. in McKenzie, L. B. (2009). Physical Education Class Injuries Treated in Emergency Departments in the USA in 1997–2007. *Pediatrics*, 124(3), 918–925.
17. Ortega, F.B., Artero, E.G., Ruiz, J.R., Espana-Romero, V., Jimenez-Pavon, D., Vicente-Rodriguez, G. idr. (2011). Physical fitness levels among European adolescent: the HELENA study. *BJSM*, 45: 20–9.
18. Pangrazi, R. P. (1999). *Dynamic Physical Education for Elementary School Children*. 12th Edition. Boston: Allyn and Bacon.
19. Sallis, J. F., Prochaska, J. J. in Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 32(5), 963–975.
20. Sklepi posvetovanja o telesni vzgoji v osnovnem in usmerjenem izobraževanju (1979). *Telesna kultura* 1979, 3: 5–8.
21. Starc, G. in Strel, J. (2010). Tracking excess weight and obesity from childhood to young adulthood: a 12-year prospective cohort study in Slovenia. *Public Health Nutrition*, 14: 49–55.
22. Starc, G., Strel, J. in Kovač, M. (2010). Telesni in gibalni razvoj slovenskih otrok in mladine v številkah. Šolsko leto 2007/08 [Physical and motor development of Slovenian young people in numbers. School year 2007/2008]. Ljubljana: Fakulteta za šport.
23. Strauss, R. S. in Pollack, H. A. (2001). Epidemic in childhood overweight. *Journal of the American Medical Association*, 2845–2848.
24. Strel, J., Kovač, M. in Jurak, G. (2007). Physical and motor development, sport activities and lifestyles of Slovenian children and youth – Changes in the last few decades. In: Brettschneider WD, Naul R, eds. Obesity in Europe: Young people's physical activity and sedentary lifestyles. Chapter 13. *Sport Sciences International vol 4*. Frankfurt am Main [etc]: Peter Lang; p. 243–64.
25. Strel, J., Starc, G. in Kovač, M. (2010). *Analiza telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine slovenskih osnovnih in srednjih šol v šolskem letu 2009/2010*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
26. Štemberger, V. (2002). Varnost v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju devetletne osnovne šole z vidika doseganja normativov in standardov. V M. Kovač in B. Škof (ur.), *Razvojne smernice športne vzgoje. Zbornik 15. strokovnega posveta Zveze društev športnih pedagogov Slovenije*, str. 211–215. Ljubljana : Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
27. Wedderkopp, N., Froberg, K., Hansen, H. S. in Andersen, L. B. (2004). Secular trend in physical fitness and obesity in Danish 9-years old girls and boys. An Odense School Child Study and Danish substudy of the European Youth Heart Study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sport*, 14(3), 150–155.

izr. prof. dr. Gregor Jurak, prof. šp. vzg.

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport – Katedra za šolsko športno vzgojo

e-naslov: gregor.jurak@fsp.uni-lj.si