

MNENJE VZGOJITELJIC IN VZGOJITELJEV O KOMPETENTNOSTI ZA VODENJE GIBALNIH DEJAVNOSTI PREDŠOLSKIH OTROK, UPOŠTEVAJOČ LASTNO GIBALNO DEJAVNOST

MATEJ PLEVNIK

Potrjeno/ Accepted
29. 4. 2020

Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju, Izola, Katedra za kineziologijo, Izola, Slovenija

Objavljeno/ Published
30. 9. 2021

CORRESPONDING AUTHOR/KORESPONDENČNI AVTOR
matej.plevnik@fvz.upr.si

Ključne besede:
predšolsko obdobje,
vrtec, gibalni razvoj,
gibalna spretnost,
kompetenca

Keywords:
preschool period,
kindergarten, motor
development, motor
skill, competency

UDK/UDC:
796.035:37.011.3-051

Izvleček/Abstract Namen raziskave je bil ugotoviti, ali je redna prostočasna gibalna dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev ($n = 177$) povezana z njihovim subjektivnim vrednotenjem kompetenc za vodenje gibalnih dejavnosti predšolskih otrok. Za zbiranje podatkov o samoocenjeni gibalni dejavnosti in subjektivni oceni kompetenc za vodenje procesa gibalnih dejavnosti predšolskih otrok smo uporabili vprašalnik. Sklenemo lahko, da prostočasna gibalna dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev predstavlja dejavnik njihove subjektivne zaznave kompetenc za vodenje gibalnih dejavnosti predšolskih otrok.

The opinion of preschool teachers on their self-perceived competence for leading the physical activity process in preschool children in relation to their own leisure-time physical activity The purpose of the study was to determine whether the regular leisure-time physical activity of preschool teachers ($n = 177$) is associated with their self-perceived competence for leading physical activities among preschool children. For the data collection on self-assessed physical activity and the subjective assessment of competence for leading the process of physical activities among preschool children, we used a questionnaire. We can conclude that the leisure-time physical activity of preschool teachers is associated with their subjective perception of competence for leading the process of physical activity among preschool children.

DOI <https://doi.org/10.18690/rei.14.3.369-389.2021>

Besedilo / Text © 2021 Avtor(ji) / The Author(s)

To delo je objavljeno pod licenco Creative Commons CC BY Priznanje avtorstva 4.0 Mednarodna. Uporabnikom je dovoljeno tako nekomercialno kot tudi komercialno reproduciranje, distribuiranje, dajanje v najem, javna priobčitev in predelava avtorskega dela, pod pogojem, da navedejo avtorja izvirnega dela. (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Uvod

Predšolsko obdobje je za oblikovanje gibalnih navad in vzorcev nadvse pomembno obdobje (Janz, Burns in Levy, 2005). Potreba po gibanju je otrokova primarna potreba, zato ima razvoj gibanja – kot enega izmed področij dejavnosti v vrtcu – še poseben pomen. Otrok preko gibalnih dejavnosti odkriva in zaznava svoje telo ter preizkuša meje svojih sposobnosti ter spretnosti, ki jih hkrati razvija (Pišot in Jelovčan, 2012). Gibalna dejavnost v zgodnjem otroštvu celostno vpliva na razvoj otroka. Pomemben vpliv ima na gibalni, kostno-mišični, srčno-žilni in spoznavni razvoj (Timmons idr., 2012; LeBlanc idr., 2012; Hesketh in Campell, 2010) ter pomembno vpliva na gibalne dejavnosti in dejavnike zdravja v odrasli dobi (Timmons idr., 2012). Otrok je v zgodnjem otroštvu izredno dojemljiv za dražljaje okolja, vpliv gibalnih izkušenj je v tem obdobju največji. Vedenjski vzorci gibalnega udejstvovanja, ki jih človek pridobi v otroštvu, se ohranijo skozi celo življenje in sooblikujejo temelje za aktivno in zdravo življenje (Jančič in Planinšec, 2018). Odrasli so zgled in s svojim vedenjem vplivajo na oblikovanje zdravega življenjskega sloga otroka oziroma mladostnika (Pišot in Planinšec, 2005). Poznavanje osnovnih zakonitosti rasti in razvoja ter razvojnih značilnosti otrok je predpogoj za smiselno načrtovanje dela in izbiro primernih vsebin gibalnih dejavnosti. Vzgojiteljica in vzgojitelj morata poznati biološke dejavnike razvoja otroka, teorijo gibalne/športne vzgoje in pedagoškega dela. Poznati mora tudi najrazličnejše otrokove lastnosti in sposobnosti, da proces usvajanja gibalnih vsebin primerno zastavi in ga po potrebi tudi individualno prilagodi (Pišot in Jelovčan, 2012).

Gibalno izkušnjo otrok v predšolskem obdobju predstavljajo različni vidiki izkušenj gibanja, med drugimi količina in intenzivnost gibalne dejavnosti kot tudi vsebina izvedenih gibalnih dejavnosti. Priporočila o količini gibalne dejavnosti otrok do 5. leta starosti, ki jih je v letu 2019 objavila Svetovna zdravstvena organizacija (ang. World Health Organization – WHO, 2019) navajajo, da ima gibalna dejavnost otrok v zgodnjem otroštvu izreden pomen pri vseživljenjskem zdravju. Svetovna zdravstvena organizacija (WHO, 2010; WHO, 2019) priporočila za gibalno dejavnost otrok v predšolskem obdobju deli v več starostnih skupin (preglednica 1).

Preglednica 1: Priporočila za gibalno dejavnost otrok v predšolskem obdobju (WHO, 2010; WHO, 2019)

Starost	Priporočila Svetovne zdravstvene organizacije za gibalno dejavnost predšolskih otrok
< 1 leto	Otrok naj bo gibalno dejaven večkrat na dan v različnih oblikah, priporoča se dejavnost v obliki elementarnih gibanj; ko je otrok zmožen premikanja, se priporoča čim večja gibalna dejavnost v varnem in nadzorovanem igralnem okolju.
1–2 leti	Otrok naj bo gibalno dejaven vsaj 180 minut dnevno v različnih oblikah dejavnosti in različnih intenzivnostih, vključno z zmerno do visoko intenzivno gibalno dejavnostjo. Velja načelo <i>več je bolje</i> ; gibalna dejavnost naj bo razporejena čez cel dan, vključujoč igro v naravnem okolju.
3–4 leta	Otrok naj bo gibalno dejaven vsaj 180 minut dnevno v različnih oblikah dejavnosti in različnih intenzivnostih. <i>Velja načelo več je bolje</i> , znotraj 180 minut naj bo vsaj 60 minut dnevno gibalno dejaven v zmerni do visoki intenzivnosti gibalne dejavnosti.
5–17 let	Priporočena gibalna dejavnost je vsaj 60 minut dnevno v zmerni do visoki intenzivnosti gibalne dejavnosti; količina gibalne dejavnosti, večja od 60 minut, omogoča zdravju ugodnejše učinke; ečina dnevne gibalne dejavnosti naj bo aerobnega tipa; dodatno se priporoča vadba za krepitev mišično-skeletnega sistema vsaj 3-krat tedensko.

Cilji za področje dejavnosti gibanja, ki so opredeljeni v Kurikulu za vrtce (Bahovec idr. 1999), za otroke v predšolskem obdobju predvidevajo mnogotero in raznovrstno izpostavljenost različnim dražljajem okolja in nalog, ki spodbujajo pridobivanje bogatih gibalnih izkušenj, opravljanje različnih gibalnih izzivov z namenom razvoja zavedanja lastnega telesa v prostoru in doživljanja pozitivnih občutkov v gibanju ter usvajanje najrazličnejših gibalnih struktur (Videmšek in Pišot, 2007; Lemos, Avigo in Barela, 2012). Kurikulum za vrtce tako predstavlja vsebino in kvalitativno osnovo priporočilom Svetovne zdravstvene organizacije o količini in intenzivnosti gibalnih dejavnosti predšolskih otrok. Številne študije ugotavljajo povezanost med količino in intenzivnostjo gibalnih dejavnosti ter usvojenostjo temeljnih gibalnih spretnosti predšolskih otrok (Foweather, Knowles, Ridgers, O'Dwyer, Foulkes in Stratton, 2015; Barnett, Ridgers in Salmon, 2015; Figueroa in An, 2017; Roscoe, James in Duncan, 2019). Količina in intenzivnost gibalnih dejavnosti otrok sta v upadu (Marques, Minderico, Martins, Palmeira, Ekelund in Sardinha, 2016), zato se veliko vlaga v učinke različnih intervencij za povečevanje količine in intenzivnosti gibalnih dejavnosti (Ling, Robbins, Wen in Peng, 2015).

Raziskave se pogosto usmerjajo v objektivno beleženje in preučevanje količine, intenzivnosti in vsebine gibalnih dejavnosti predšolskih otrok (Cain, Sallis, Conway, Van Dyck in Calhoun, 2013; Pereira, Cliff, Sousa-Sá, Zhang in Santos, 2019) ter preučevanje dejavnikov, ki nanjo vplivajo (Bingham, Costa, Hinkley, Shire, Clemes in Barber, 2016). Na gibalno dejavnost otrok znotraj programa predšolske vzgoje, tako glede količine, intenzivnosti, odmorov, pogostosti gibalnih dejavnosti in vsebine, vplivajo številni dejavniki, in sicer tudi značilnosti vodenja gibalnih dejavnosti s strani vzgojiteljice in vzgojitelja (Chow, McKenzie in Louie, 2015).

Ocena lastne kompetentnosti vzgojiteljic in vzgojiteljev za vodenje gibalnih dejavnosti predšolskih otrok predstavlja enega izmed dejavnikov kakovostnega vodenja dejavnosti. To je odvisno od številnih osebnih lastnosti vzgojiteljic in vzgojiteljev, splošne in strokovne izobrazbe, predanosti poklicu in delu z otroki ter od drugih dejavnikov (Cugmas, 2009). Zavedanje svoje kompetentnosti lahko vodi k uporabi primernejših metod in oblik izvajanja dejavnosti. Na uporabo različnih metod in oblik izvajanja gibalnih dejavnosti se otroci namreč lahko različno odzivajo, tudi s količino in intenzivnostjo gibalne dejavnosti (Van Cauwenberghe, De Craemer, De Decker, De Bourdeaudhuij in Cardon, 2013; Frank, Flynn, Farnell in Barkley, 2018). Za uspešnost v vzgojiteljskem poklicu je pomembna tudi dobra telesna pripravljenost, saj se pri svojem delu vzgojiteljice in vzgojitelji vsakodnevno srečujejo s številnimi obremenitvami (Gregorc, Štihec, Videmšek, Cemič in Meško, 2010). Za večjo vključenost otrok v gibalne dejavnosti v vrtcu je pomemben tudi pozitiven odnos vzgojiteljice in vzgojitelja do gibalnih dejavnosti (Zajec, 2009). McKenzie, LaMaster, Sallis in Marshall (1999) ugotavljajo, da učitelji, ki so gibalno dejavnejši v svojem prostem času, promocijo gibalnih dejavnosti med učenci izvajajo dejavnejše, prav tako ponujajo gibalno bolj dejavne vsebine. Vzgojiteljice in vzgojitelji, ki so sami pogosteje gibalno dejavni, tudi pogosteje organizirajo gibalne dejavnosti v vrtcu (Markovšek, 2014). Le redke študije ugotavljajo gibalno dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev ter jo obravnavajo kot dejavnik gibalne dejavnosti otrok. Cheung (2019) ugotavlja, da so predšolski otroci pri gibalno dejavnejših vzgojiteljicah in vzgojiteljih med predšolsko vzgojo izvajali gibalno dejavnost višje intenzivnosti. Vzgojiteljice in vzgojitelji se pomena in pomembnosti gibalnih/športnih dejavnosti za otrokov celostni razvoj sicer dobro zavedajo (Gregorc, Štihec, Videmšek, Cemič in Meško, 2010; Sajevec, 2016).

Vloga vzgojiteljice in vzgojitelja v procesu vodenja gibalnih dejavnosti v vrtcu je večplastna, kaže se tudi v njegovem lastnem odnosu do gibalnih dejavnosti, do vloge gibalnih dejavnosti za razvoj otroka, pa tudi v njegovih kompetencah, ki jih ima za področje vodenja gibalnih dejavnosti otrok v predšolskem obdobju. Kompetence vzgojiteljice in vzgojitelja predstavljajo zmožnost uporabe znanja, spretnosti, sposobnosti, izkušenj, veščin, odnosov, osebnostnih lastnosti in motivacije, da posameznik na sebi lasten način uspešno opravi pričakovano delo in vlogo (Retar, Plevnik in Kolar, 2013) in se na področju vodenja gibalnih dejavnosti izražajo v načinih dela, pristopih, odnosih, vrstah in oblikah posredovanja vsebin gibalnih dejavnosti predšolskim otrokom (Retar in Lepičnik - Vodopivec, 2017). Kompetentnost prihaja do izraza, ko je njena vsebina postavljena v okvir fizičnega in socialnega okolja, v katerem posameznik opravlja določeno nalogo. Kompetentnost posameznika določajo standardi in zahteve situacije (Kaslow idr., 2007; Hmelak in Lepičnik - Vodopivec, 2016). Zavedanje in ocena lastne kompetentnosti predstavlja le en del uspešnega vodenja vsebin (Kaslow idr., 2007; Kalin, Peklaj, Pečjak, Levpušček in Zuljan, 2017), tudi na področju vodenja gibalnih/športnih dejavnosti (Retar in Lepičnik - Vodopivec, 2017; Plevnik in Peternelj, 2019). Zavedanje svoje kompetentnosti, ki vključuje tako prepoznavo strokovno močnih kot šibkejših področij vzgojiteljice in vzgojitelja, je pomembno za strokovno nadgrajevanje in bogatitev kompetenc v procesu vseživljenjskega razvoja in učenja. Teoretični model strukture kompetenc inovativnega gibalnega poučevanja (Retar in Lepičnik - Vodopivec, 2017) predstavlja področja generičnih in strukturo specifičnih kompetenc za učinkovito gibalno poučevanje. Med ključne specifične kompetence Retar in Lepičnik - Vodopivec (2017) uvrščata: učinkovito komuniciranje z otroki, oblikovanje varnega učnega okolja, razvijanje strategij za motiviranje, ustvarjalno izbiranje didaktičnih pripomočkov, učinkovito razvijanje gibalnih sposobnosti, prepoznavanje gibalnih potreb in pričakovanj otrok in njihovo uresničevanje, prepoznavanje gibalno nadarjenih otrok in prilagajanje njihovim posebnostim, sodelovanje s starši otrok in drugimi osebami, odgovornimi za otroke, sodelovanje s športnimi strokovnjaki ter prenašanje in uvajanje primerov dobrih praks v svoje delo.

Namen naše raziskave je bil ugotoviti, kako vzgojiteljice in vzgojitelji ocenjujejo svojo kompetentnost za vodenje procesa gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu ter ali predstavlja njihova prostočasna gibalna dejavnost dejavnik njihove zaznave lastne kompetentnosti.

Opažamo namreč, da redna prostočasna gibalna dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev pogosto ni opredeljena kot dejavnik gibalne dejavnosti otrok v programih predšolske vzgoje.

Metode

Postopki in organizacija zbiranja podatkov

Za namen študije smo oblikovali spletni vprašalnik. Uporabili smo način priložnostnega, neverjetnostnega vzorčenja. Povezavo smo objavili v več spletnih strokovnih skupinah in povabili vzgojiteljice in vzgojitelje k izpolnjevanju. Vprašanja so bila oblikovana v več vsebinsko zaokroženih sklopih, in sicer: (i) osebne značilnosti, (ii) značilnosti gibalnih navad, (iii) značilnosti vrtca, (iv) kompetence za izvajanje različnih vsebin dejavnosti v predšolski vzgoji in (v) kompetence za vodenje različnih faz gibalnih/športnih dejavnosti. Za nadaljnjo analizo je bilo primerno izpolnjenih 35 % vprašalnikov.

Del vprašalnika, ki se je nanašal na oceno kompetenc za posamezne faze vodenja gibalnih dejavnosti (načrtovanje, organiziranje, izvajanje in vrednotenje), je bil sestavljen iz trditev, ki so jih vzgojiteljice in vzgojitelji ocenjevali s pomočjo 6-stopenjske Likertove lestvice, na kateri so stopnje pomenile – ocena 1 (kompetenca ni razvita), 2 (izredno slabo razvita kompetenca), 3 (slabo razvita kompetenca), 4 (razvita kompetenca), 5 (dobro razvita kompetenca) in 6 (odlično razvita kompetenca). Preverili smo merske značilnosti vprašalnika. Vsebinsko veljavnost smo zagotovili tako, da smo vprašalnik sestavili na podlagi teoretičnih izhodišč in pregleda objavljenih raziskav (Erčulj idr., 2008; Zajec, 2009; Retar, Plevnik in Kolar, 2013; Retar in Lepičnik - Vodopivec, 2017; Marinšek, Jurak in Kovač, 2019). Zagotavljanju objektivnosti smo sledili z jasnimi navodili za izpolnjevanje. Svojo gibalno/športno dejavnost so vzgojiteljice in vzgojitelji ocenili subjektivno, in sicer je kriterij gibalne dejavnosti predstavljalo izvajanje redne oblike gibalne/športne dejavnosti, vsaj 2-krat tedensko po najmanj 60 minut. Veljavnost dela vprašalnika, ki se nanaša na oceno kompetenc, smo preverili z metodo faktorske analize, s katero smo skupaj pojasnili 73,83 % variance. Občutljivost smo zagotovili z ustreznim številom stopenj odgovorov za oceno kompetenc. Zanesljivost vprašalnika smo testirali z Cronbachovim alfa koeficientom, ki je pokazal zadostno zanesljivost celotnega vprašalnika v delu ocenjevanja kompetenc ($\alpha = 0,871$), kot tudi po posameznih fazah vodenja gibalnih dejavnosti (α vrednosti od 0,853 do 0,950).

Vrednost Kaiser-Meyer-Olkinovega preizkusa (KMO) je znašala 0,941, kar potrjuje vrednost vzorčenja, saj je KMO višja od priporočene (KMO vsaj 0,60). Bartlettov preizkus sferičnosti je pokazal, da so povezave med spremenljivkami dovolj visoke ($p < 0,001$), zato so podatki primerni za analizo. Na podlagi izračuna komunalitet (deleža variance postavk, ki je pojasnjen s skupnimi faktorji), smo ugotovili, da nobena od komunalitet ni nižja od priporočene vrednosti 0,20 (Child, 2006).

Vzorec

Vzorec raziskave predstavlja 177 oseb (98,3 % vzgojiteljic in 1,7 % vzgojiteljev), ki so ustrezno izpolnile vprašalnik (preglednica 2). Zaradi majhnega deleža oseb anketirancev moškega spola, vzorca po spolu v analizi nismo ločevali.

Preglednica 2: Značilnosti vzorca

Skupina	Velikost		Starost (let)		Čas zaposlitve (let)	
	n	%	AS	SD	AS	SD
Gibalno dejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	117	66,1	38,8	10,6	14,6	12,98
Gibalno nedejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	60	33,9	38,4	10,3	15,07	12,31
Skupaj	177	100	38,7	10,5	14,8	12,7

Legenda: AS: aritmetična sredina; SD: standardni odklon; n: število oseb; %: odstotek vzorca

Glede na kraj zaposlitve je 57 % anketiranih zaposlenih v mestnem vrtcu, 13,4 % v primestnem in 27,9 % v vaškem vrtcu. Z otroki prve starostne skupine dela 39 % ter z otroki druge starostne skupine 61 % anketiranih. Značilnosti njihovega zaposlitvenega statusa so bile naslednje: 84,9 % anketiranih je imelo pogodbo za nedoločen čas, 12,9 % pogodbo za določen čas, 1,1 % pa drugo obliko zaposlitve. Izobrazbene značilnosti so bile naslednje: 34,1 % anketiranih ima končano srednješolsko izobrazbo, 6,3 % višješolsko, 37,5 % visokošolsko, 19,3 % univerzitetno izobrazbo ter 2,8 % zaključen magistririj. Značilnosti delovnih mest so bile: 63,8 % anketiranih je bilo zaposlenih na delovnem mestu vzgojiteljica/vzgojitelj, 28,2 % pomočnica/pomočnik vzgojiteljice/vzgojitelja ter 7,9 % v strokovnem vodstvu. Gibalno dejavni in nedejavni anketirani se po starosti in trajanju zaposlitve niso statistično značilno razlikovali (preglednica 2).

Metode analize podatkov

Podatki so bili analizirani s programom IBM SPSS 23. Uporabili smo metode opisne statistike ter po testiranju predpostavk statističnih testov χ^2 -test in Mann-Whitneyjev U-test za analizo razlik. Kot mero velikosti učinka smo uporabili koeficient r ($r = z/\sqrt{N}$), pri čemer predstavlja vrednost 0,1 majhen, 0,3 srednji in 0,5 velik učinek (Fritz, Morris in Richler, 2012). Statistično značilnost smo ugotavljali na ravni tveganja $p < 0,05$. Rezultati so predstavljeni kot aritmetična sredina \pm standardni odklon ($AS \pm SD$), v primeru analize z neparametričnimi testi pa kot povprečje rangov.

Rezultati

Za *gibalno dejavne* se je opredelilo 117 anketiranih (66,1 %), kot *gibalno nedejavne* 60 anketiranih (33,9 %), pri čemer je kriterij gibalne dejavnosti predstavljalo izvajanje redne oblike prostočasne gibalne/športne dejavnosti, vsaj 2-krat tedensko po najmanj 60 minut. Preverili smo raven njihove gibalne dejavnosti glede na njihovo preteklo vključenostjo v organiziran proces gibalne/športne vadbe. V skupini gibalno dejavnih jih 39 % navaja preteklo vključenost v redno organiziran proces gibalne/športne vadbe, 27,1 % vključenosti ne navaja. V skupini gibalno nedejavnih anketiranih jih 18,6 % vključenost v redno organiziran proces gibalne/športne vadbe navaja, 42,4 % pa vključenosti ne navaja. Trenutna redna gibalna dejavnost anketiranih ni povezana z njihovo preteklo vključenostjo v redno organiziran proces gibalne/športne vadbe $\chi^2(1) = 0,257$, $p = 0,612$.

V povprečju vzgojiteljice in vzgojitelji svojo kompetentnost za razvoj dejavnosti na področju gibanja, opredeljenem v Kurikulumu za vrtce (Bahovec idr., 1999), v primerjavi z drugimi področji ocenjujejo kot najvišjo. Izrazite razlike se pokažejo po skupinah gibalno dejavnih in nedejavnih. Pri gibalno dejavnih anketiranih zaznamo med vsemi področji oceno svoje kompetence za razvoj gibanja otrok kot najvišjo, pri gibalno nedejavnih anketiranih pa kot najnižjo ($U = 1601,5$; $p < 0,001$; $r = 0,27$) (preglednica 3).

Preglednica 3: Ocena kompetentnosti za izvajanje vsebin področij dejavnosti v predšolski vzgoji

Področje dejavnosti	Skupaj		Gibalno dejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	Gibalno nedejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	U	p	r
	AS	SD	Povprečje rangov	Povprečje rangov			
<i>Gibanje</i>	4,87	0,9	81,82	57,53	1601,5	< 0,001	0,27
Jezik	4,84	0,82	76,36	66,62	2056	0,152	
Narava	4,82	0,9	75,51	69,65	2207,5	0,401	
Družba	4,79	0,82	77,19	66,41	2045,5	0,118	
Umetnost	4,76	0,86	75,20	70,24	2237	0,473	
Matematika	4,66	0,96	75,25	70,14	2232	0,462	

Legenda: AS: aritmetična sredina; SD: standardni odklon; p: statistična značilnost razlik; U: velikost Mann-Whitneyjev U; r: velikost učinka

Vodenje procesa športnih dejavnosti obsega načrtovanje, organiziranje, izvajanje, spremljanje in vrednotenje procesa športne vadbe (ZSpo-1, 2017). V okviru predšolske vzgoje vodenje gibalnih/športnih dejavnosti sicer ne predstavlja procesa športne vadbe, navaja pa Kurikulum za vrtce (Bahovec idr., 1999) načelo strokovne utemeljenosti kurikuluma, tudi z vidika spoznanj znanstvenih ved, ki opredeljujejo področja dejavnosti v vrtcu. V nadaljevanju bomo tako predstavili posamezne kompetence po posameznih fazah vodenja gibalnih/športnih dejavnosti.

Obe skupini anketiranih z vidika načrtovanja ocenjujeta kompetenco oblikovanja posamezne učne ure kot najvišjo, vendar prihaja do statistično pomembne razlike v oceni ($U = 1853,5$; $p = 0,01$; $r = 0,21$). Kot najnižje ocenjeno kompetenco obe skupini ocenjujeta kompetenco priprave letnega programa gibalnih/športnih dejavnosti (preglednica 4).

Preglednica 4: Ocena kompetentnosti za vodenje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu *z vidika načrtovanja*

Kompetence za vodenje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu z vidika načrtovanja	Skupaj		Gibalno dejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	Gibalno nedejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	U	p	r
	AS	SD	Povprečne rangov	Povprečne rangov			
<i>Znam oblikovati učno pripravo za uro gibalnih/športnih dejavnosti.</i>	5,07	0,88	80,19	62,34	1853,5	0,01	0,21
<i>Znam načrtovati program gibalnih/športnih dejavnosti z didaktičnega vidika.</i>	4,74	0,95	80,20	58,03	1626,5	0,001	0,27
<i>Znam načrtovati program gibalnih/športnih dejavnosti z organizacijskega vidika.</i>	4,71	0,94	81,13	59,28	1697,5	0,002	0,26
<i>Znam prepoznati gibalno nadarjene otroke ter prilagajati delo njihovim posebnostim.</i>	4,71	0,96	80,16	61,10	1790	0,006	0,23
<i>Znam načrtovati svoj strokovni razvoj in vseživljenjsko učenje.</i>	4,68	0,98	78,13	61,91	1820,5	0,019	0,19
<i>Znam prepoznati otroke s posebnostmi v gibalnem razvoju in prilagajati delo njihovim posebnostim.</i>	4,68	0,95	77,71	62,08	1804	0,004	0,24
<i>Znam načrtovati program gibalnih/športnih dejavnosti s količinskega vidika.</i>	4,6	0,94	81,34	58,89	1677,5	0,001	0,27
<i>Znam pripraviti letni program gibalnih/športnih dejavnosti.</i>	4,43	1,04	77,71	65,66	2022,5	0,084	

Legenda: AS: aritmetična sredina; SD: standardni odklon; p: statistična značilnost razlik; U: velikost Mann-Whitneyjev U; r: velikost učinka

Preglednica 5: Ocena kompetentnosti za izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu z vidika organiziranja

Kompetence za izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu z vidika organiziranja	Skupaj		Gibalno dejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	Gibalno nedejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	U	p	r
	AS	SD	Povprečje rangov	Povprečje rangov			
<i>Znam organizirati gibalne/športne dejavnosti v naravi.</i>	5,07	0,82	77,81	63,86	1918	0,034	0,17
<i>Sposoben/-na sem organizirati izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti.</i>	5,06	0,84	80,03	61,33	1802	0,006	0,23
<i>Sposoben/-na sem organizirati sodelovanje s starši.</i>	5,05	0,89	75,61	63,94	1922	0,075	
<i>Sposoben/-na sem organizirati sodelovanje s svojim delovnim okoljem.</i>	5,04	0,76	74,59	69,97	2223,5	0,489	
<i>Znam organizirati didaktične gibalne/športne igre.</i>	5,03	0,77	78,05	63,41	1895,5	0,026	0,18
<i>Znam izbrati primernost gibalnih nalog glede na materialne pogoje dela.</i>	5,03	0,77	78,54	64,11	1943,5	0,030	0,14
<i>Znam izbrati zahtevnost gibalnih nalog, ki so primerne otrokovemu individualnemu razvoju.</i>	4,86	0,89	78,09	64,95	1986,5	0,051	

Legenda: AS: aritmetična sredina; SD: standardni odklon; p: statistična značilnost razlik; U: velikost Mann Whitneyjev U, r: velikost učinka

Najvišje ocenjena kompetenca z vidika organiziranja gibalnih/športnih dejavnosti je kompetenca organiziranja gibalnih/športnih dejavnosti v naravi, v oceni katere se obe skupini statistično značilno razlikujeta ($U = 1918$; $p = 0,034$; $r = 0,17$). Gibalna dejavnost anketiranih ni dejavnik, ki bi bil povezan z organizacijo sodelovanja s starši in sodelovanja z delovnim okoljem. Prav tako ni povezan z zmožnostjo izbire zahtevnosti primernih gibalnih nalog (preglednica 5).

Vzgojiteljice in vzgojitelji se statistično značilno razlikujejo v oceni svoje kompetence znanja izbire primernih gibalnih nalog glede na materialne pogoje dela $\chi^2(2) = 12,880$, $p = 0,002$. Vzgojiteljice in vzgojitelji, ki imajo v svojem delovnem okolju na voljo več opreme za izvajanje gibalne dejavnosti, omenjeno kompetenco ocenjujejo višje.

Preglednica 6: Ocena kompetentnosti za izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu *z vidika izvajanja*

Kompetence za izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu z vidika izvajanja	Skupaj		Gibalno dejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	Gibalno nedejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	U	p	r
	AS	SD	Povprečje rangov	Povprečje rangov			
<i>Sposoben/-na sem zagotoviti varnost otrok.</i>	5,3	0,72	78,51	64,17	1946,5	0,030	0,18
<i>Znam spodbujati otrokov napredek.</i>	5,27	0,66	79,26	62,76	1875	0,011	0,21
<i>Zmorem vzpostaviti varno, prijetno in zaupljivo vzdušje.</i>	5,25	0,71	77,68	64,11	1930,5	0,042	0,17
<i>Sposoben/-na sem ustvariti dobro sodelovalno ozračje.</i>	5,12	0,77	79,57	62,20	1846	0,011	0,21
<i>Znam motivirati otroka s primernimi učnimi športnimi pripomočki.</i>	5,11	0,74	77,92	63,93	1934,5	0,034	0,18
<i>Znam poskrbeti za obvladovanje zmage in poraza pri otrocih.</i>	5,05	0,76	79,89	61,60	1815,5	0,007	0,23
<i>Zmorem izvesti gibalne/športne aktivnosti, ki razvijajo gibalne sposobnosti otroka.</i>	5,0	0,81	79,57	62,19	1845,5	0,008	0,22
<i>Znam prenesti v prakso teoretična didaktična znanja.</i>	4,86	0,78	79,55	62,24	1848	0,009	0,22
<i>Obvladam demonstracijo gibalnih/športnih aktivnosti.</i>	4,79	0,95	79,45	62,42	1857,5	0,014	0,2
<i>Znam uporabljati inovativne učno-vzgojne pristope.</i>	4,79	0,84	76,88	65,84	2032	0,105	

Legenda: AS: aritmetična sredina; SD: standardni odklon; p: statistična značilnost razlik; U: velikost Mann-Whitneyjev U; r: velikost učinka

Najvišje ocenjena kompetenca z vidika izvajanja gibalnih/športnih dejavnosti, tudi v primerjavi z drugimi vidiki, je kompetenca zagotavljanja varnosti (preglednica 6). V oceni kompetence zagotavljanja varnosti se skupini gibalno dejavnih in nedejavnih anketiranih sicer statistično značilno razlikujeta ($U = 1946,5$; $p = 0,030$; $r = 0,18$). Najnižje ocenjena kompetenca v skupini gibalno nedejavnih je kompetenca sposobnosti demonstracije izvedbe gibalnih nalog ($U = 1857,5$; $p = 0,014$; $r = 0,2$). Statistično značilno se razlikujejo v oceni svoje kompetence znanja motiviranja otroka s primernimi učnimi športnimi pripomočki ($\chi^2(2) = 7,745$, $p = 0,021$) tudi glede na dejavnik opreme, ki je na voljo za izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti v delovnem okolju. Pri anketiranih z večjo možnostjo izbire opreme zaznamo omenjeno kompetenco ocenjeno višje.

Preglednica 7: Ocena kompetentnosti za izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu z vidika vrednotenja

Kompetence za izvajanje gibalnih/športnih dejavnosti v vrtcu z vidika vrednotenja	Skupaj		Gibalno dejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	Gibalno nedejavne vzgojiteljice in vzgojitelji	U	p	r
	AS	SD	Povprečje rangov	Povprečje rangov			
<i>Znam prepoznati otrokov gibalni napredek.</i>	4,98	0,82	82,29	57,13	1587,5	0,001	0,31
<i>Znam ustrezno nagraditi otrokov gibalni napredek.</i>	4,77	0,96	79,89	61,60	1815,5	0,008	0,22
<i>Zmorem samokritično oceniti svoje delo.</i>	4,77	0,85	81,31	57,69	1616	0,001	0,29
<i>Sem usposobljen/-a izmeriti otrokov gibalni napredek.</i>	4,19	1,14	79,11	63,05	1889,5	0,023	0,19

Legenda: AS: aritmetična sredina; SD: standardni odklon; p: statistična značilnost razlik; U: velikost Mann-Whitneyjev U; r: velikost učinka

Z vidika vrednotenja procesa gibalnih/športnih dejavnosti obe skupini anketiranih najvišje ocenjujeta kompetenco sposobnosti prepoznave gibalnega napredka otroka ($U = 1587,5$; $p < 0,001$; $r = 0,31$) ter kot najnižje sposobnosti objektivne ocene oziroma izmere napredka v gibalnem razvoju otrok ($U = 1889,5$; $p = 0,023$; $r = 0,19$) (preglednica 7).

Razprava

Glavni namen predstavljene študije je bil ugotoviti, ali prostočasna gibalna dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev predstavlja dejavnik subjektivne zaznave njihovih lastnih kompetenc za vodenje gibalnih dejavnosti predšolskih otrok. Rezultati kažejo, da gibalno dejavnejše vzgojiteljice in dejavnejši vzgojitelji svoje kompetence za razvoj področja gibanja kot področja dejavnosti v predšolski vzgoji ocenjujejo statistično značilno višje, prav tako ocenjujejo višje tudi večino kompetenc po posameznih fazah vodenja gibalnih/športnih dejavnosti. Obe skupini, tako redno gibalno dejavnih kot nedejavnih vzgojiteljic in vzgojiteljev, kot najvišje ocenjeno kompetenco ocenjujejo kompetenco zagotavljanja varnosti otrok. Ugotovitev je skladna tudi z rezultati raziskave, ki sta jo opravila Retar in Lepičnik - Vodopivec (2017). Kot najnižje ocenjeno obe skupini anketiranih opredeljujeta kompetenco sposobnosti izmere gibalnega napredka otrok.

Rezultati nakazujejo, da je redna gibalna dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev povezana z njihovo zaznavo kompetenc za vodenje gibalnih/športnih dejavnosti predšolskih otrok. Pomembna razlika se kaže pri oceni kompetenc za razvoj posameznih področjih dejavnosti v predšolski vzgoji, kjer gibalno dejavne vzgojiteljice in dejavni vzgojitelji ocenjujejo kompetenco za razvoj gibanja otrok, opredeljeno kot področje v Kurikulumu za vrtce, kot najvišjo, gibalno nedejavne vzgojiteljice in nedejavni vzgojitelji pa kot najnižjo. Gibanje je med vsemi področji dejavnosti v predšolski vzgoji edino, kjer prihaja do statistično pomembnih razlik v oceni kompetenc med skupinama gibalno dejavnih in gibalno nedejavnih anketiranih. Najvišje ocenjene kompetence obeh skupin so sposobnost oblikovanja posamezne učne ure gibalne/športne dejavnosti, organizacija izvedbe in dejavnosti v naravi, zagotavljanje varnosti ter prepoznava otrokovega gibalnega napredka, se pa skupini razlikujeta v oceni kompetenc po posameznih vidikih vodenja. Dejavniki, ki pozitivno vplivajo na otrokov razvoj, so različni (Cugmas, 2009). To so varno in zdravo okolje, vključenost v razvojno primerne in spodbudne dejavnosti, interakcije z odraslimi, možnosti za socialno delovanje ter razvoj komunikacijskih spretnosti. Pomen nekaterih omenjenih dejavnikov za spodbuden gibalni razvoj otroka v teoretičnem modelu strukture kompetenc gibalnega poučevanja predstavljata tudi Retar in Lepičnik - Vodopivec (2017).

Rezultati naše raziskave kažejo, da so nekatere ključne specifične kompetence za vodenje procesa gibalnih dejavnosti predšolskih otrok, in sicer ne glede na dejavnik gibalne dejavnosti vzgojiteljic in vzgojiteljev ocenjene zelo visoko. To kaže, da se vzgojiteljice in vzgojitelji zavedajo izrednega pomena vzpostavitve varnega okolja. Med ključne specifične kompetence omenjena avtorja uvrščata tudi sodelovanje s starši otrok in drugimi osebami, odgovornimi za otroke. Rezultati kažejo, da pri gibalno dejavnih in gibalno nedejavnih anketiranih pri oceni omenjene kompetence ne zaznamo razlik. Najnižje ocenjena kompetenca v skupini gibalno nedejavnih z vidika izvajanja gibalnih/športnih dejavnosti je kompetenca sposobnosti demonstracije izvedbe gibalnih nalog. Demonstracija gibanja ima v predšolskem obdobju pomembno vlogo, ne izraža le demonstracije gibanja, ampak gre za način sporazumevanja med vzgojiteljico ali vzgojiteljem in otroki ter med otroki samimi (Videmšek in Pišot, 2007). Kompetenco učinkovitega komuniciranja z otroki Retar in Lepičnik - Vodopivec (2017) uvrščata med ključne specifične kompetence za vodenje procesa gibalnih dejavnosti predšolskih otrok.

Vrednosti velikosti učinkov razlik med gibalno dejavnimi in gibalno nedejavnimi anketiranimi ($r = 0,14$ do $r = 0,33$) kažejo, da so ugotovljeni učinki majhni do srednji, kar nakazuje statistično moč dejavnika gibalne dejavnosti vzgojiteljic in vzgojiteljev za subjektivno oceno lastne kompetentnosti vodenja gibalnih dejavnosti predšolskih otrok.

Raziskav, v katerih bi kot dejavnik objektivno izmerjene gibalne dejavnosti otrok v času predšolske vzgoje upoštevali tudi objektivno izmerjeno prostočasno gibalno dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev, nismo zasledili. Sami svojo prostočasno gibalno dejavnost v večini raziskav ocenjujejo subjektivno (Prašnikar, 2011; Markovšek, 2014). Študije sicer nakazujejo odstopanja v objektivni izmeri in subjektivni oceni gibalne dejavnosti (Dyrstad, Hansen, Holme in Anderssen, 2014). Kot uvodoma omenjeno, se vzgojitelji pomena in pomembnosti gibalnih dejavnosti za otrokov celostni razvoj dobro zavedajo (Gregorc, Štihec, Videmšek, Cemič in Meško, 2010; Sajevec, 2016). Opažamo pomanjkanje raziskav, ki bi objektivno spremljale gibalno dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev ter pridobljene rezultate upoštevale kot dejavnik gibalnih dejavnosti otrok v programih predšolske vzgoje.

Sklep

Študija vsebuje omejitve, predvsem nereprezentativnost vzorca in subjektivnost ocene ter vrednotenja redne gibalne dejavnosti in samozaznanih kompetenc. Kljub temu z ugotovitvami študije lahko poudarimo pomen redne prostočasne gibalne dejavnosti vzgojiteljic in vzgojiteljev, posredno tudi za gibalno dejavnost predšolskih otrok. Rezultati sami po sebi ne nakazujejo, da prostočasna gibalna dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev predstavlja dejavnik, ki je povezan s količino, intenzivnostjo ali vsebino gibalnih dejavnosti otrok. Nakazujejo pa, da gibalno dejavnejše vzgojiteljice in dejavnejši vzgojitelji izkazujejo večjo stopnjo zaznane kompetentnosti za vodenje, s tem pa tudi za izbiro oblik, metod in načinov izvajanja gibalnih dejavnosti. Opažamo pomanjkanje študij, ki bi prostočasno gibalno dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev upoštevale kot dejavnik gibalnega udejstvovanja otrok v predšolski vzgoji. V prihodnje bi zato kot enega izmed dejavnikov gibalnih/športnih dejavnosti otrok v predšolski vzgoji veljalo upoštevati tudi prostočasno gibalno dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev ter dejavnik tudi objektivno spremljati in vrednotiti.

Ključna naloga vzgojiteljic in vzgojiteljev na področju gibalnega razvoja otrok je ponuditi otroku spodbudno okolje in vsebine ter ga s svojim zgledom motivirati za gibalno/športno dejavnost.

Redna gibalna dejavnost vzgojiteljic in vzgojiteljev ni pomembna zgolj zaradi njihove zaznave lastnih kompetenc na področju vodenja gibalnih dejavnosti v vrtcu, temveč tudi kot dejavnik zdravja in splošne kakovosti življenja.

Summary

The preschool period is an important period for the formation of physical activity habits and patterns (Janz, Burns & Levy, 2005). Physical activity in early childhood has an overall effect on the child's development, with a significant impact on physical, musculoskeletal, cardiovascular and cognitive development (Timmons et al., 2012; LeBlanc et al., 2012). Therefore, the development of movement, as one fields of activity in kindergarten, is of particular importance. A child's movement activity in the early years of their life provides the basis for movement activities later in adulthood and has a significant influence on the factors of health in adulthood (Timmons et al., 2012).

The purpose of our study was to determine how preschool teachers evaluate their competence for leading the process of physical activity in kindergartens and whether their physical activity is a factor that influences their perception of their own competence. We noted that the leisure-time activity of preschool teachers is often not defined as a factor affecting the physical activity of children in preschool programmes. One hundred and seventz-seven preschool teachers, aged from 20 to 59 years, participated in the study. For the data collection on self-assessed physical activity and the subjective assessment of competence for leading the process of physical activity among preschool children, we used a web questionnaire. The data was analysed with IBM SPSS 23.0, using methods of descriptive statistics and χ^2 test and Mann-Whitney U test for the analysis of differences. We used the coefficient r ($r = z / \sqrt{N}$) as the measure of effect size, representing 0.1 small, 0.3 medium and 0.5 large effects (Fritz, Morris & Richler, 2012). The statistical significance was set at an alpha level $p < 0.05$. The results show that physically more active preschool teachers assess their competence for the development of the field of movement at a level statistically significantly higher ($U = 1601.5$; $p < 0.001$; $r = 0.27$).

A physically active preschool teacher evaluates the competence for developing the field of movement as the highest, and an inactive one as the lowest. Among all fields of activity in preschool education, movement is the only one where there are statistically significant differences in the assessment of competence between groups of physically active and non-active preschool teachers. Physically active preschool teachers evaluate more highly their competences for planning, organising, implementing and evaluating physical activities. The highest assessed competency is the ability to provide safety, and the lowest is the ability to measure progress in children's movement. The highest assessed competences of both groups according to the stages of the physical activity process are the ability to design individual lessons, the organisation of activities in nature, ensuring safety and the recognition of progress in children's movement. The groups differ in the assessment of competences according to the physical activity process. The results show that physically more active preschool teachers evaluate more highly (to a statistically significant degree) their competences for the development of the field of movement and for leading the process of physical activity. Thus, the results do not indicate that the leisure-time activity of educators affects the amount, intensity or content of the physical activity of children.

They do suggest, however, that more active preschool teachers show a greater degree of perceived competence in leadership, and thus also for the selection of forms and methods for performing physical activity. The key objective of a preschool teacher in the field of movement development is to offer a child a stimulating environment and content, and to motivate them for physical activity. Regular leisure-time physical activity of preschool teachers is important not only because of their perception of their own competence but also as a factor affecting their health and their overall quality of life.

Literatura

- Bahovec, E. D., Bregar, K. G., Čas, M., Domicelj, M., Saje - Hribar, N., Japelj, B., Jontes, B., Kastelic, L., Kranjc, S., Marjanovič Umek, L., Matijašič Požar, N., Vonta, T., in Vrščaj, D. (1999). *Kurikulum za vrste*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo.
- Barnett, L. M., Ridgers, N. D., in Salmon, J. (2015). Associations between young children's perceived and actual ball skill competence and physical activity. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18(2), 167–171.
- Bingham, D. D., Costa, S., Hinkley, T., Shire, K. A., Clemes, S. A., in Barber, S. E. (2016). Physical activity during the early years: a systematic review of correlates and determinants. *American journal of preventive medicine*, 51(3), 384–402.
- Cain, K. L., Sallis, J. F., Conway, T. L., Van Dyck, D., in Calhoun, L. (2013). Using accelerometers in youth physical activity studies: a review of methods. *Journal of Physical Activity and Health*, 10(3), 437–450.
- Cheung, P. (2019). Teachers as role models for physical activity: Are preschool children more active when their teachers are active?. *European Physical Education Review*, 26(1), 101–110.
- Child, D. (2006). *The Essentials of Factor Analysis (3rd Edition)*. London: New York: Continuum.
- Chow, B. C., McKenzie, T. L., in Louie, L. (2015). Children's physical activity and associated variables during preschool physical education. *Advances in Physical Education*, 5(1), 39–49.
- Cugmas, Z. (2009). Kakovost vrta in otrokova navezanost na vzgojiteljico. *Sodobna pedagogika*, 60(3), 40–54.
- Dyrstad, S. M., Hansen, B. H., Holme, I. M. in Anderssen, S. A. (2014). Comparison of self-reported versus accelerometer-measured physical activity. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 46(1), 99–106.
- Erčulj, J., Ivanuš - Grmek, M., Lepičnik - Vodopivec, J., Musek - Lešnik, K., Retar, I., Sardoč, M., in Vršnik-Perše, T. (2008). Razvoj metodoloških instrumentov za ugotavljanja in spremljanje profesionalnega razvoja vzgojiteljev, učiteljev in ravnateljcev: evalvacija vzgoje in izobraževanja v RS: projekt: preliminarna študija. Ljubljana: Pedagoški inštitut.
- Figuerola, R., in An, R. (2017). Motor skill competence and physical activity in preschoolers: A review. *Maternal and child health journal*, 21(1), 136–146.
- Foweather, L., Knowles, Z., Ridgers, N. D., O'Dwyer, M. V., Foulkes, J. D., in Stratton, G. (2015). Fundamental movement skills in relation to weekday and weekend physical activity in preschool children. *Journal of science and medicine in sport*, 18(6), 691–696.
- Frank, M. L., Flynn, A., Farnell, G. S., in Barkley, J. E. (2018). The differences in physical activity levels in preschool children during free play recess and structured play recess. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 16(1), 37–42.
- Fritz, C. O., Morris, P. E., in Richler, J. J. (2012). Effect size estimates: current use, calculations, and interpretation. *Journal of experimental psychology: General*, 141(1), 2.

- Gregorc, J., Štihec, J., Videmšek, M., Cemič, A., in Meško, M. (2012). The quality of kindergarten care as an important element of the subjective theories. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica* 42(1): 17–25.
- Hesketh, K. D., in Campbell, K. J. (2010). Interventions to prevent obesity in 0–5 year olds: an updated systematic review of the literature. *Obesity*, 18(S1), S27–S35.
- Hmelak, M., in Lepičnik - Vodopivec, J. (2015). *Izbrane teme predšolske pedagogike: izživi predšolske pedagogike na začetku 21. stoletja*. Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Univerzitetna založba Annales.
- Jančič, J., in Planinšek, J. (2018). Primerjava športnih dejavnosti učencev iz Maribora in Novega Sada. *Revija za Elementarno Izobraževanje*, 11(4), 329–340.
- Janz, K. F., Burns, T. L., in Levy, S. M. (2005). Tracking of activity and sedentary behaviors in childhood: the Iowa Bone Development Study. *American journal of preventive medicine*, 29(3), 171–178.
- Kalin, J., Peklaj, C., Pečjak, S., Levpušček, M. P., in Zuljan, M. V. (2017). Elementary and secondary school students' perceptions of teachers' classroom management competencies. *Center for Educational Policy Studies Journal*, 7(4), 37–62.
- Kaslow, N. J., Rubin, N. J., Bebeau, M. J., Leigh, I. W., Lichtenberg, J. W., Nelson, P. D., Portnoy, Sanford, M., in Smith, I. L. (2007). Guiding principles and recommendations for the assessment of competence. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(5), 441.
- LeBlanc, A. G., Spence, J. C., Carson, V., Connor Gorber, S., Dillman, C., Janssen, I., Kho, E. Michelle, Stearns A., J., Timmons, W. B. in Tremblay, M. S. (2012). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in the early years (aged 0–4 years). *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 37(4), 753–772.
- Ling, J., Robbins, L. B., Wen, F., in Peng, W. (2015). Interventions to increase physical activity in children aged 2–5 years: a systematic review. *Pediatric Exercise Science*, 27(3), 314–333.
- Lemos, A. G., Avigo, E. L., in Barela, J. A. (2012). Physical education in kindergarten promotes fundamental motor skill development. *Advances in Physical Education*, 2(1), 17–21.
- Marinšek, M., Jurak, G., in Kovač, M. (2019). Differences in Beliefs Regarding Physical Education Between Slovenian In-Service and Pre-Service Early Childhood Educators. *Journal of Research in Childhood Education*, 34(2), 1–16. doi: 10.1080/02568543.2019.1676333.
- Markovšek, P. (2014). Gibalna dejavnost vzgojiteljev. Diplomsko naloga. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
- Marques, A., Mínderico, C., Martins, S., Palmeira, A., Ekelund, U., in Sardinha, L. B. (2016). Cross-sectional and prospective associations between moderate to vigorous physical activity and sedentary time with adiposity in children. *International Journal of Obesity*, 40(1), 28.
- McKenzie, T. L., LaMaster, K. J., Sallis, J. F., in Marshall, S. J. (1999). Classroom teachers' leisure physical activity and their conduct of physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19(1), 126–132.
- Pereira, J. R., Cliff, D. P., Sousa-Sá, E., Zhang, Z., in Santos, R. (2019). Prevalence of objectively measured sedentary behavior in early years: Systematic review and meta-analysis. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 29(3), 308–328.
- Pišot, R. in Jelovčan, G. (2012). *Vsebine gibalne/športne vzgoje v predšolskem obdobju*. Koper: Univerza na Primorskem, Pedagoška fakulteta, Znanstveno-raziskovalno središče, Založba Annales.
- Pišot, R., in Planinšek, J. (2005). *Struktura motorike v zgodnjem otroštvu*. Koper: Založba Annales.
- Plevnik, M., in Peternelj, T. (2019). *Gibalna/športna (ne)aktivnost vzgojiteljic in njihov kompetentnost za razvoj gibanja predšolskih otrok v prvem starostnem obdobju*. V S. Čotar Konrad, B. Borota, S. Rutar, K. Drljić in G. Jelovčan (ur.), *Vzgoja in izobraževanje predšolskih otrok prvega starostnega obdobja* (str. 399–410). Koper: Založba Univerze na Primorskem.
- Prašnikar, A. (2011). *Povezanost gibalnih/športnih aktivnosti vzgojiteljic v povezavi z izbranimi dejavniki zdravega načina življenja*. Diplomsko naloga. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
- Retar, I., in Lepičnik - Vodopivec, J. (2017). Kompetentnost vzgojiteljev za inovativno gibalno poučevanje. *Pedagoška obzorja: časopis za didaktiko in metodiko* 32(1): 17–32.

- Retar, I., Plevnik, M., in Kolar, E. (2013). Key competences of Slovenian sport managers. *Annales kinesiologiae* 4(2): 81–94.
- Roscoe, C. M., James, R. S., in Duncan, M. J. (2019). Accelerometer-based physical activity levels, fundamental movement skills and weight status in British preschool children from a deprived area. *European journal of pediatrics*, 178(7), 1043–1052.
- Sajevic, M. (2016). *Zavedanje vzgojiteljev o pomenu gibalnih/športnih aktivnosti za otrokov celostni razvoj*. Diplomaska naloga. Koper: Univerza na Primorskem, Pedagoška fakulteta.
- Timmons, B. W., LeBlanc, A. G., Carson, V., Connor Gorber, S., Dillman, C., Janssen, I., Kho, M. E., Spence, J. C., Stearns, J. A., in Tremblay, M. S. (2012). Systematic review of physical activity and health in the early years (aged 0–4 years). *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 37(4), 773–792.
- Van Cauwenbergh, E., De Craemer, M., De Decker, E., De Bourdeaudhuij, I. in Cardon, G. (2013). The impact of a teacher-led structured physical activity session on preschoolers' sedentary and physical activity levels. *Journal of science and medicine in sport*, 16(5), 422–426.
- Videmšek, M., Pišot, R. (2007). *Šport za najmlajše*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- World Health Organization (WHO). (2010). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. Geneva: World Health Organization.
- Zajec, J. (2009). *Povezanost športne dejavnosti predšolskih otrok in njihovih staršev z izbranimi dejavniki zdravega načina življenja*. Doktorska disertacija. Ljubljana: Univerza v Ljubljani: Fakulteta za šport.
- Zakon o športu (ZŠpo-1)* (2017). Ljubljana: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport (Uradni list RS, št. 29/17 in 21/18).

Avtor / Author

Matej Plevnik, PhD

Docent, Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju, Katedra za kineziologijo, Polje 42, 6310 Izola, Slovenija, e-pošta: matej.plevnik@fvz.upr.si
Assistant professor, University of Primorska, Faculty of Health Sciences, Department of Kinesiology, Polje 42, 6310 Izola, Slovenia, e-mail: matej.plevnik@fvz.upr.si