



Aleš Golja

# Akademski šport in življenjski slog študentov na Fakulteti za gradbeništvo in geodezijo

## Academic sport and students' lifestyle at the Faculty of civil and geodetic engineering

### Izvleček

Akademski šport in življenjski slog študentov v današnjem času, za katerega so značilne hitre spremembe in tudi spreminjajoče se družinske strukture, predstavljata pomembni komponenti za vzdrževanje psihofizičnega ravnovesja in zdravega ter aktivnega načina življenja v času študija. V preteklosti so bili vzgojno-izobraževalni programi s področja telesne aktivnosti in športa, v obliki predmeta Športna vzgoja, sestavni del študijskih programov na članicah Univerze v Ljubljani. V času prenove študijskih programov in sprejemanja bolonjske reforme so, žal, zaradi parcialnih interesov odločevalcev tovrstni programi izpadli iz študijskih programov. Odsotnost vzgojno-izobraževalnih programov s področja športne vzgoje v času študija zmanjšuje kakovost življenja, s socialno-ekonomskega vidika pa dolgoročno veča zahteve po zdravstveni oskrbi in viša socialne stroške (Golja, 2013). V prispevku želimo predstaviti strnjen pregled razvoja športa na Fakulteti za gradbeništvo in geodezijo od njenega nastanka do preoblikovanja organiziranosti športa v času bolonjske reforme visokega šolstva ter posledice njene učinkovitosti na telesno aktivnost študentov v današnjem času.

**Glavne besede:** šport, univerza, študenti, življenjski slog.

### Abstract

Today, academic sport and the lifestyle of students, characterized by rapid changes and changing family structures, represent important components for maintaining psychophysical balance and a healthy and active life style of students during their studies. In the past, educational programs in the field of physical activity and sports at the academic level were in the form of Sport Education an integral part of curricula at University of Ljubljana members. In the time of the renewal of study programs and when adopting the Bologna reform, unfortunately, due to partial interests of the decision-makers, such programs were dropped from curricula. Consequently, the lack of educational programs in the field of sports education during the studies reduces the quality of personal life, and from the socio-economic point of view, in the long term, increases demands for health care and social costs. The aim of this article is to present a concise overview of the development of sport at the Faculty of Civil and Geodetic Engineering from its beginnings, the transformation of the organization of sport during the Bologna reform of higher education and the consequences of its effectiveness on the physical activity of students in the present day.

**Key words:** sport, university, students, lifestyle.

### ■ Uvod

Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) je fizična neaktivnost opredeljena kot četrti vodilni dejavnik tveganja za umrljivost, kar predstavlja globalni zdravstveni problem človeštva. V svetovnem merilu je leta 2008 približno 31 % odraslih, starih 15 let in več, imelo premalo telesne dejavnosti, od tega 28 % moških in 34 % žensk (WHO, 2010). Redna in sistematična gibalno/športna dejavnost ima pomembno družbeno vlogo, s katero moramo začeti že v zgodnjih letih. Iz tega sledi, da morajo športne dejavnosti predstavljati eno izmed bistvenih sestavin učnega, vzgojno-izo-

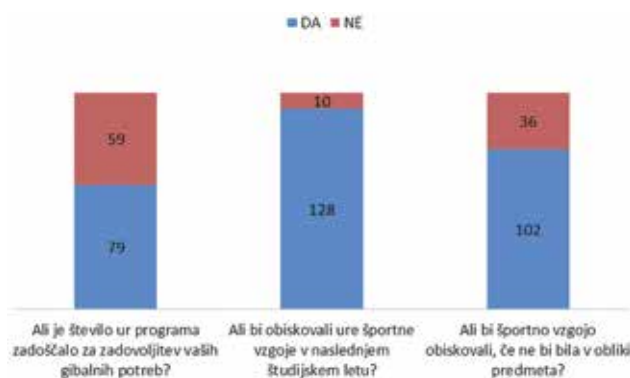
braževalnega procesa, ki bi se sistematično izvajale na vseh stopnjah izobraževanja, tudi na univerzi. Raznolika in kakovostna vadba temelji na osnovni doživljajski izkušnji gibalnih spretnosti, ki od otroštva dalje pomembno vplivajo na biopsihosocialno ravnovesje in razvoj splošnih motoričnih sposobnosti mladega človeka (Pediček, 1970; Berčič, 2014). Na podlagi pridobljenega znanja ter izkušenj iz osnovnošolskega in srednješolskega okolja, v študentskem obdobju študentje nadgrajujejo, razvijajo in pridobivajo specifična gibalno/športna znanja, kar je odvisno od ponujenih programov posameznih članic Univerze v Ljubljani (Golja, 2015). V strokovnih krogih prevladuje spoznanje, da je šport na univerzitetnem nivoju

pomembna prvina zdravja, vzgoje in izobraževanja, za kakovostno preživljanje napornih študijskih dni in ohranjanje dobrega psihosomatičnega statusa študenta (Berčič, 2017). Gibalno/športno izobraževanje je osnovni pogoj, da študenti, bodoči intelektualci, poleg športnih znanj in izkušenj pridobijo pozitiven odnos do telesne dejavnosti in šport sprejmejo kot kulturno vrednoto za doseganje in ohranjanje zdravega in aktivnega življenjskega sloga (Berčič, 2009; Kristan, 2010). O spoznanjih športne stroke in znanosti o zdravem življenjskem slogu študentov prof. Berčič (2016) trdi, da je: »Športna dejavnost povezana tudi s harmonijo telesa in duha ter posledično z motivacijo, hkrati pa je lahko tudi nasprotna utež vse večji odtujenosti študentov«, kar predstavlja v današnjem »virtualnem svetu potrošništva in dobrin ter zbledelih vrednot« resen izziv za športno stroko in vodstvo Univerze v Ljubljani.

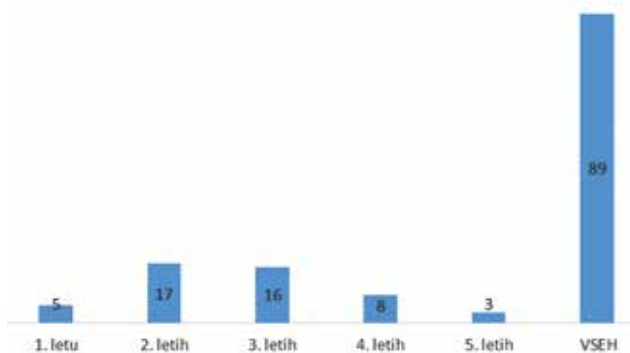
## Razvoj športne vzgoje in športa na Fakulteti za gradbeništvo in geodezijo

Začetki razvoja športa na Fakulteti za gradbeništvo in geodezijo (FGG) segajo v leto 1964, ko je takratni svet Fakultete za arhitekturo, gradbeništvo in geodezijo (FAGG) sprejel sklep o uvedbi fakultativnega predmeta Športna vzgoja. Fakultativnost predmeta je trajala do leta 1969, ko je Univerza v Ljubljani (UL) sprejela sklep o uvedbi rednega predmeta Športna vzgoja za vse fakultete ljubljanske Univerze. Prvi honorarni sodelavec in kasneje redni predavatelj pri predmetu Športna vzgoja na UL FAGG in kasneje, ko se je fakulteta razdelila na UL FGG in UL FA (Fakulteta za arhitekturo) je bil pred. Božidar Bučar, prof. šport. vzg. V začetku je bil predmet namenjen študentom 2. letnika, ob izgradnji Univerzitetne športne dvorane v študentskem naselju leta 1973 pa tudi za študente 1. letnika. Do uvedbe bolonjskega sistema so imeli študentje UL FGG predmet Športna vzgoja v 2. in 3. letniku, na UL FA pa v 1. in 2. letniku. Od leta 2000 do 2009 se je v tedenskih športnih programih zvrstilo preko 1000 študentov obeh fakultet v vseh letnikih študija. Ker bolonjski sistem ni dopuščal izvajanja predmeta Športna vzgoja po starem sistemu, je bil z uvedbo bolonjskih študijskih programov predmet Športna vzgoja na UL FA v prenovljenih programih ukinjen. Študentom UL FA je bil na Enovitem magistrskem študijskem programu druge stopnje Arhitektura ponujen izbirni predmet Prostor in rekreacija (ovrednoten s 3 ECTS), pri katerem študentje lahko izbirajo med projektnim delom in športno vadbo.

Na UL FGG se je vodstvo fakultete odločilo, da predmet Športne vzgoje ponudi študentom v obliki izbirnega predmeta na prvi bolonjski stopnji študija (ovrednoten s 4 ECTS) in drugi bolonjski stopnji študija (ovrednoten s 3 ECTS), ki ga lahko študenti izberejo enkrat v času študija. S začetkom uvajanja bolonjske reforme v študijskem letu 2009/10 je bilo v programe športne vzgoje vpisanih 651 študentov in ob končanem tri letnem prehodnem obdobju in s začetkom bolonjskih programov na vseh stopnjah študija na UL FGG, je bilo v študijskem letu 2012/13 v programe izbirnega predmeta Športna vzgoja vpisanih 230 študentov, kar je 35,3 % vpisanih študentov glede na študijsko leto 2009/10 ob začetku implementacije bolonjske reforme. Med študenti izbirnega predmeta je bila v študijskem letu 2012/13 izvedena anketa glede izbirnega predmeta Športna vzgoja, na katero je od 230 študentov odgovorilo 138 študentov. Mnenja študentov so prikazana na Slikah 1 in 2.



Slika 1. Stališča študentov o predmetu Športna vzgoja UL FGG v študijskem letu 2012/13.



Slika 2. Želje študentov UL FGG po športni vzgoji v študijskem letu 2012/13.

Analiza odgovorov je pokazala, da bi 42 % študentov želelo imeti več ur telesne dejavnosti, 92 % študentov želelo obiskovati ure športne vzgoje tudi v naslednjem študijskem letu, 73 % študentov bi se udeleževalo programov, tudi če ne bi bili v obliki predmeta in 64 % študentov želi imeti športno vzgojo v vseh letnikih študija.

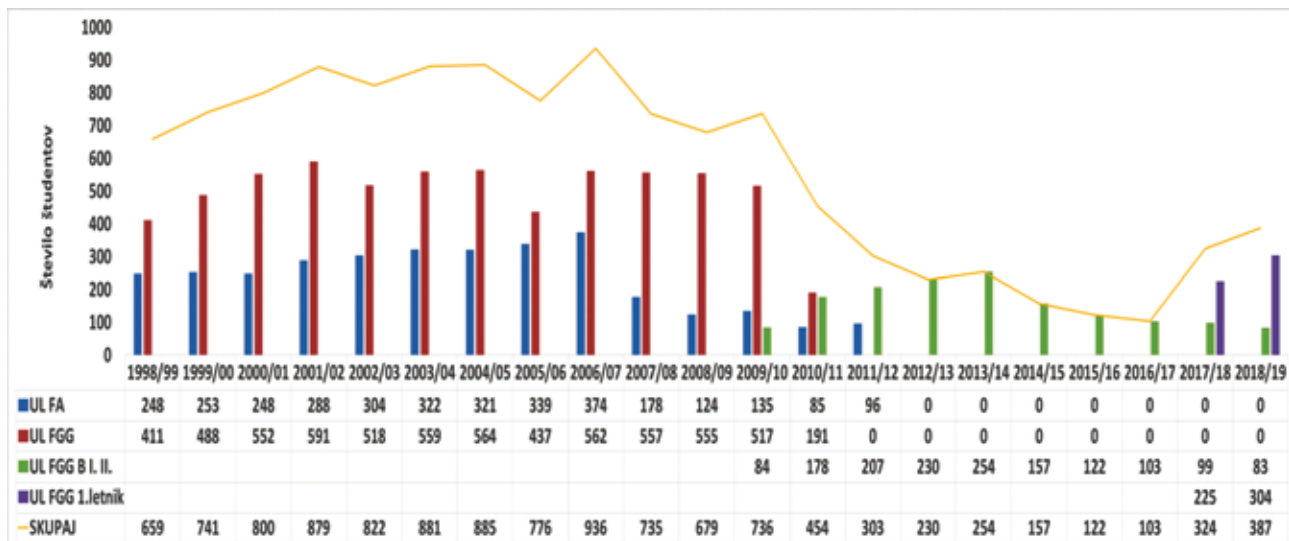
Kljub relativno majhnemu vzorcu so rezultati odgovorov pokazali, da imajo študenti pozitiven odnos do gibanja in več kot polovica vprašanih študentov bi želelo imeti športno vadbo od začetka do konca študijskega procesa.

V študijskih letih 2014/15, 2015/16 in 2016/17 je bil zabeležen drastičen padec študentov, vpisanih v izbirne programe Športna vzgoja; v študijskem letu 2016/17 je bilo po šolskem letu 1998/99 najmanj študentov, vključenih v program Športna vzgoja. Vpisanih je bilo nekaj več kot 100 študentov, kar predstavlja 15,8 % vpisanih študentov glede na število vpisanih študentov ob uvajanju bolonjske reforme v študijskem letu 2009/10 (Slika 3).

V študijskem letu 2016/17 je senat UL FGG ob soglasju študentskega sveta UL FGG sprejel sklep o uvedbi Športne vzgoje kot obšolske dejavnosti na prvi stopnji študija brez kreditnega ovrednotenja, katere obveznosti morajo biti izpolnjene do konca 2. letnika oz. so pogoj za vpis v 3. letnik študija. Tako je bilo v programe Športne vzgoje na UL FGG v študijskem letu 2017/18 vpisanih 324 študentov in v študijskem letu 2018/19 387 študentov (Slika 3).

Iz analize stanja števila vpisanih študentov v programe športne vzgoje na UL FGG in UL FA je razvidno, da je delež gibalno aktivnih študentov po uvedbi bolonjske reforme drastično padel.

V času prenove študijskih programov (2005–2009), žal, takratno vodstvo UL ni prisluhnilo opozorilom predavateljev športne vzgo-



Slika 3. Število vpisanih študentov pri predmetu Športna vzgoja (UL FGG, UL FA) pred uvedbo in po uvedbi bolonjske reforme.

je, da je z vidika aktivne telesne dejavnosti in življenjskega sloga študentov predmet Športna vzgoja pomemben sestavni del fakultetnih izobraževalnih programov.

Študenti UL FGG veliko časa preživijo v predavalnicah, zato je z vidika fakultetne študentske športne vzgoje pomembno razumeti soodvisnost med rekreacijo na prostem, zdravjem in dobrim počutjem ter uspešnost pri študiju. Udeleževanje in uživanje v spretnostnih igrah, športu, plesu in rekreaciji na prostem razvija pri študentu boljše samozavest, samospoštovanje in zdrav življenjski slog. Športni vzgojno-izobraževalni programi in učni prostor spodbujata študente h kritičnemu ocenjevanju življenjskih priložnosti in izzivov v sodobni družbi in jih učita, kako ukrepati, da preprečijo poškodbe ali zmanjšajo nevarnosti, ki vplivajo na njihovo zdravje in dobro počutje. Glede na specifično študija na FGG je pri predmetu Športna vzgoja namenjeno veliko pozornosti športno-rekreativnim dejavnostim v naravnem okolju. Študente, poleg športnih vsebin, seznanjamo z rabo naravnega prostora za rekreativne, športne in prostočasne dejavnosti, da razvijajo lastno prostorsko percepcijo, glede na to, da bodo kot strokovnjaki gradbene, geodetske in vodarske stroke gradili in oblikovali podobo grajenega okolja in podeželskega prostora.

Osnovni cilji predmeta so skrb za izboljšanje psihofizičnih sposobnosti, krepitev zdravja in ustvarjalno izrabo prostega časa, ozaveščanje o vrednotah športa, telesne vzgoje in preko tega vplivanje na oblikovanje pozitivnih stališč do športa, aktivnega preživljanja prostega časa in navajanje na zdrav način življenja ter oblikovanje trajnega aktivnega odnosa do športa in rekreacije kot kompenzacijske dejavnosti k študiju in delu.

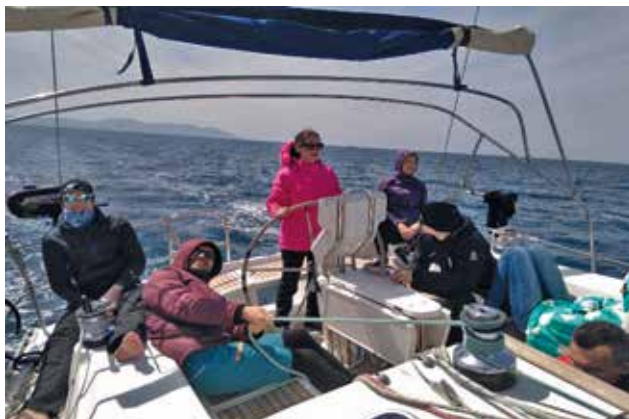
Izvajanje izobraževalnega procesa preko različnih športno-rekreativnih vsebin v naravnem prostoru je ključnega pomena za boljše spodbujanje kakovosti življenja kar omogoča študentom, da bolj cenijo svojo okolico, razvijejo občutek za skupnost ter da se preko dejavnosti, kot bodoči strokovnjaki grajenega okolja, seznanijo z različnimi vidiki rabe zemljišč in socialnimi dejavniki rabe prostora ter da pridobijo občutek, zaradi česa je prostor privlačen za prostočasne dejavnosti. Izkustveno učenje preko telesne aktivnosti je zelo pomembno v procesu izobraževanja bodočih strokovnjakov, ki se bodo ukvarjali z načrtovanjem rabe prostora za potrebe

rekreacije in športa. Raziskovanje prostora preko športno-rekreativnih dejavnosti pri študentu aktivira proces ustvarjanja idej, v smislu ustvarjalnosti in inovativnosti za reševanje kompleksnih problemov odprtega ali zaprtega prostora za potrebe rekreacije in športa (Golja, 2014).

Program Športne vzgoje kot obštudijske dejavnosti za 1. letnik študija obsega 60 ur vaj, izbirni predmet na prvi bolonjski stopnji študija obsega 40 ur vaj in 5 ur predavanj, na drugi bolonjski stopnji študija obsega 55 ur vaj in 5 ur predavanj ter zajema različne športne vrste: košarka, nogomet, odbojka, plavanje, tečaj družabnega plesa, aerobiko, in različne športne aktivnosti v naravi (tečaje jadrnanja, smučarske tečaje, šolo kajaka, rafting, planinarjenje, taborjenje in drugo). Nekateri programi športnih aktivnosti v naravi izvajamo v sodelovanju z drugimi fakultetami in tako študentom omogočamo raznolikost in fleksibilnost udejstvovanja pri posameznih dejavnostih. Na Slikah 4, 5, 6 in 7 so primeri dobrih praks, ki se izvajajo na UL FGG.

Teoretični del programa Športne vzgoje je razdeljen na tri dele. Prvi del predstavljajo splošne vsebine, ki se izvajajo skupaj za vse študente na prvi in drugi bolonjski stopnji s poudarkom na osnovah delovanja človekovega telesa ter njegovega gibalnega, srčno žilnega in dihalnega sistema; na razvoju psihomotoričnih in funkcionalnih sposobnosti; na spodbujanju zavedanja o pomenu športno-gibalnih aktivnostih kot preventivi in kurativi za ohranjanje in utrjevanje zdravja ter o zdravem prehranjevanju in regulaciji telesne teže. Študentje pridobijo tudi znanja o metodah preverjanja in ugotavljanja stanja psihomotoričnih in funkcionalnih sposobnosti posameznika. Drugi del predstavlja specialni teoretični del, ki je vezan na izbrano športno panogo (posebnosti športne panoge, njen vpliv na človeka, tehnika, taktika in pravila, osnove telesne in tehnično taktične priprave) in se izvaja skozi praktične vaje. Tretji del predstavlja praktične vaje, kjer študenti izbirajo med ponujenimi športnimi panogami in različnimi enodnevnimi ali večdnevnimi športnimi aktivnostmi v naravi. Za vsako panogo se izvaja program učenja, izpopolnjevanja znanja in osnovne športnega treniranja.

Praktični del programa Športne vzgoje se izvaja v treh sklopih. Prvi sklop predstavlja splošno vzgojno-izobraževalne programe, ki obsegajo programe učenja in izpopolnjevanja znanja v izbranih



Slika 4. Spomladanski tečaj jadranja po srednjem Jadranu (2018).



Slika 5. Funkcionalna vadba v športnem parku Ljubljana (2018).



Slika 6. Tečaj družabnega plesa v avli fakultete (2018).



Slika 7. Učenje tehnike plavanja v bazenu Tivoli (2015).

športnih panogah. Drugi sklop predstavljajo zdravstveno korektivni programi za specifične kategorije študentov (študenti s posebnimi potrebami); ti programi obsegajo teoretične in praktične vsebine, ki zagotavljajo ohranjanje in korekcijo zdravja. Tretji sklop zajema športno tekmovalni programi, ki obsega redni proces treninga in tekmovanj v okviru med fakultetnih in med univerzitetnih individualnih ter ekipnih športnih tekmovanj. V ta program se vključujejo predhodno selekcionirani študentje.

Glede na trenutni življenjski slog študentov je namen predmeta Športna vzgoja na UL FG, da bi študentje preko športnih dejavnosti dosegali izravnalne učinke telesnih in duševnih naporov; oblikovali trajen in pozitiven odnos do športnih rekreativnih dejavnosti, gibalne izraznosti in ustvarjalnosti; priučili in privzgojili skrb za zdravje in ohranjanje delovnih sposobnosti; ter razvili zdravo pojmovanje tekmovalnosti, še posebej pa moralno etično in estetsko senzibilnost. Razvedrilo, oddih, telesna in duševna sprostitve ter socialno druženje v okviru športne vzgoje, predstavljajo pomembne dejavnike v akademskem življenju in razvoju študentov (Sliki 8 in 9).



Slika 8. Zimski planinski pohod na Komno (2007).



Slika 9. Tradicionalni športno-rekreativen tabor v Zgornjem Posočju (2017).

## ■ Zaključek in razmislek

Fakulteta za gradbeništvo in geodezijo je ena redkih fakultet, ki je prepoznala slabosti in nevarnosti ukinjanja predmeta Športne vzgoje v času bolonjske reforme visokega šolstva in odsotnosti

njenih programov iz fakultetnega kurikulumu za razvoj in kakovost akademskega življenja študentov. Za implementacijo izbirnega predmeta Športna vzgoja na prvi in drugi bolonjski stopnji ter kasneje uvedbo Športne vzgoje kot obštudijske dejavnosti na prvi stopnji študija, gre zahvala vodstvu fakultete, ki se je zavedalo interakcije vseh prednosti in priložnosti športne vzgoje k izboljšanju kakovosti življenja, uspeha pri študiju in kasneje na delovnem mestu.

Za trenutno stanje študentskega športa in športne vzgoje na članicah UL nosi odgovornost vodstvo Univerze v Ljubljani, ki je delovalo in odločalo o sistemskih spremembah ob prehodu na bolonjske programe študija. Z ukinitvijo predmeta športna vzgoja na članicah UL, ki je bil pred bolonjsko reformo, sistematično vključen v redne učne načrte fakultet in visokošolskih zavodov ter strokovno voden, se je število gibalno aktivnih študentov na UL zmanjšalo (Golja, 2015, Bratuž, 2017). Spremembe, ki so se zgodile po bolonjski reformi, brez analitičnega in sistematičnega pristopa niso prispevale k ustreznemu napredku in rasti študentskega gibalno/športnega izobraževanja (Berčič, 2017; Kristan, 2010).

Predavatelji športne vzgoje na fakultetah smo v zadnjih letih opozarjali na padec deleža redno aktivnih študentov v programih športa in Športne vzgoje na UL. Reforma je na večini fakultet prinesla ukinitev obveznega športnega izobraževanja in celo popolno ukinitev vseh športnih programov na nekaterih fakultetah (Golja, Dovjak, Kukec in Bratuž, 2017). Brez obveznega športnega izobraževanja na članicah UL izgublamo najbolj kritični del študentske populacije. Študentom, ki še nimajo znanja, bi pomagalo ugotoviti, da jim redna telesna dejavnost lahko pomaga ohranjati zdravje in pomaga pri osebnem razvoju, saj predstavlja dodatno komponento strokovnemu znanju, ki ga pridobijo v času študija (Berčič; Dodič Fikfak; Lonc Pogačar, 2017). Vodstva nekaterih fakultet so pokazala, da se trend zniževanja deleža redno aktivnih študentov lahko obrne. Menimo, da je to enako možno za celotno Univerzo v Ljubljani. Športna vzgoja bi se morala vrniti kot obvezni izobraževalni del učnega načrta, na vse članice UL. Od novega vodstva Univerze v Ljubljani bi bilo modro glede na opozorila športne in zdravstvene stroke, da popravijo napake iz preteklosti, saj pomanjkanje gibalno/športnega izobraževanja na univerzitetnem nivoju zmanjšuje kakovost osebnega življenja študentov.

## ■ Literatura:

- Berčič, H (2009). Šport na univerzi kot sestavina kakovosti življenja študentk in študentov. *Univerzitetni šport*, 57, (3-4), 3–9. Ljubljana.
- Berčič, H (2014). *Kje smo bili in kam gremo na področju univerzitetnega športa. 50 let športne vzgoje na Univerzi v Ljubljani 1963–2013.* (13–23) Ljubljana: Slovensko akademsko športno društvo.
- Berčič, H (2016). *Nekatera spoznanja športne stroke in znanosti o zdravem življenjskem slogu študentov.* *Univerzitetni šport*, 9 (9), (6–9), Ljubljana.
- Berčič, H. (2017). *Nekatera spoznanja športne stroke in znanosti o zdravem življenjskem slogu študentov.* Fakulteta za šport, zbornik, 3–7, Ljubljana.
- Bratuž, Ž. (2017). *Pregled redno športno aktivnih študentov pri programih športne vzgoje in športa na Univerzi v Ljubljani v obdobju med 2004 in 2015.* Fakulteta za šport, zbornik, 39–42, Ljubljana.
- Dodič Fikfak, M. (2017). *Medicinski vidiki zdravega življenjskega sloga študentov.* Fakulteta za šport, zbornik, 62–65, Ljubljana.
- Golja, A. (2013). *Telesna vzgoja, aktivni življenjski slog in študijski uspeh, Physical education, active lifestyle and study success.* Človek in prostor:

zbornik povzetkov, Man and Space: book of abstracts, Fakulteta za arhitekturo, UL FA, Ljubljana.

- Golja, A. (2014). *Space and recreation.* Proceeding of the International Scientific Conference and Workshop, Smart urbanism\_Teaching sustainability. Ljubljana.
- Golja, A. (2015). *Student physical education for healthy lifestyle.* *International Academic Conference Places and Technologies.* Nova Gorica. Pridobljeno s [http://www.fa.uni-lj.si/filelib/11\\_urbanizem/2015-2016/book\\_of\\_abstracts\\_pt\\_2015\\_1.pdf](http://www.fa.uni-lj.si/filelib/11_urbanizem/2015-2016/book_of_abstracts_pt_2015_1.pdf)
- Golja A., Dovjak M., Kukec A. in Bratuž Ž. (2017). *Recreational sport activities, wellbeing and healthy lifestyle.* Environmental protection of urban and suburban settlements : proceedings, 265–272, Novi Sad.
- Lonc Pogačar, O. (2017). *Zdravstveno stanje študentske populacije.* Fakulteta za šport, zbornik, 69–73, Ljubljana.
- Kristan, S. (2010). *Šport na univerzi v Ljubljani – premik v napačno smer.* *Šport*, 58.
- WHO (2010). *Global recommendations on physical activity for health.* Geneva. Pridobljeno s [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf)

pred. dr. Aleš Golja  
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za gradbeništvo in geodezijo  
[ales.golja@fgg.uni-lj.si](mailto:ales.golja@fgg.uni-lj.si)