



Laura Macura Kunej,
Bojan Smolnikar

Projekt naj športnica in naj športnik šole

Izvleček

Na OŠ Vižmarje Brod smo se pred dvajsetimi leti odločili, da otroke še bolj motiviramo za delo in pričeli izvajati projekt Najboljša športnica in najboljši športnik šole. Namen projekta je nagraditi učence za delo v šoli pri pouku ter drugih šolskih in zunajšolskih športnih dejavnostih. V projektu sodelujejo vsi otroci od 6. – 9. razreda, tekmovanje je ločeno po spolu. Vsak učitelj sam vodi evidenco in ni odvisen od drugega učitelja glede izbire vsebin in tekmovanj. Vsebine, ki so vključene v točkovanje, so del učnega načrta in so zapisane v učiteljevi letni pripravi na pouk. Učitelj ga predloži na začetku šolskega leta in je prilagojen prostorskim in materialnim pogojem, ki jih šola ima. S projektom in pozitivnim odnosom do dela, z doslednostjo pri izvajanju projekta in vključevanju v šolska športna tekmovanja, vzorom in spoštljivim odnosom do predmeta smo v vseh teh letih izboljšali odnos do dela in fair play. Motivacija za delo je v večini primerov pozitivna, otroci skorajda ne pozabljajo športne opreme in sproti spremljajo svoj napredek.

Ključne besede: športna vzgoja, osnovna šola, tekmovanje



The “Best male and female athlete of the school” project

Abstract

Twenty years ago the Vižmarje Brod Primary School decided to start motivating the children for work through a project entitled “The best male and female athlete of the school”. The aim of the project is to reward pupils for their school work and sport school and extra-curricular activities. The project involves all pupils from 6th to 9th class who compete, separated by gender. Each teacher keeps a record and is not dependent on other teachers in their choice of contents and competitions. The contents which are marked form part of the curriculum and are included in the teacher’s annual class schedule. The teacher submits it at the beginning of the school year and it is adapted to the school’s spatial and material conditions. Throughout these years, thanks to the project and a positive attitude to work, consistency in implementation of the project, participation in school sport competitions as well as setting an example and showing respect to the subject we have succeeded in improving the attitude to work and fair play. In most cases, the motivation for work is positive, children no longer forget to bring their sports equipment and regularly monitor their own progress.

Key words: physical education, primary school, competition

■ Uvod

Motivacija, ki v najširšem smislu predstavlja usmerjeno, dinamično komponento vedenja, je značilna za vse živalske organizme – od najpreprostejših enoceličnih ameb do človeka. Zajema spodbujanje aktivnosti in usmerjanje. Človekovo vedenje je usmerjeno k doseganju ciljev, zato bodo potrebe zadovoljene, ko cilj dosežemo (Tušak in Tušak, 1994).

Športna vzgoja vzgaja in uči v športu, skozi šport in za šport. Pomembno je, da se skozi športno vzgojo naučimo raznovrstnih gibalnih spretnosti, osnov različnih športov, ki nam bodo prišle prav še dolgo po šolanju. Danes športna vzgoja ni le posredovanje športnega znanja ter razvoj gibalnih sposobnosti in telesnih značilnosti, temveč je tudi proces motivacije za zdravo življenje in socializacijo (Kovač idr., 2011).

Tako smo se na OŠ Vižmarje Brod pred dvajsetimi leti odločili, da otroke še bolj motiviramo za delo, in pričeli izvajati projekt Najboljša športnica in najboljši športnik šole. Omenjen projekt je predlagal leta 1989 učitelj športne vzgoje Bojan Smolnikar, s katerim poučujeva športno vzgojo na predmetni stopnji ter organizirava in vodi različne aktivnosti na športnem področju. Smisel projekta je, da se vsak otrok najde v njem. Pred tem sem poučevala na Gimnaziji Ledina, kjer sem izvedla diplomsko raziskovalno nalogo z naslovom *Primerjava motoričnih potencialov med učenkami Gimnazije Ledina, ki redno telovadijo, in tistimi, ki se opravičujejo*. Že takrat sem želela na različne načine vplivati na dvig motivacije pri šolskih športnih dejavnosti. V letni delovni načrt šole smo ga kot projekt uvrstili v šolskem letu 2012/13.

Pri športni vzgoji učitelji opažamo velike spremembe v telesnem in gibalnem razvoju otrok, v zadnjih letih žal negativne, kar dokazujejo tudi rezultati športnovzgojnega kartona (Starc, Strel in Kovač, 2010). Vedno več otrok ima prekomerno telesno težo, slabo razvito moč, predvsem rok in ramenskega obroča in vedno slabše rezultate na



področju vzdržljivosti. Te trende opažamo tudi pri otrocih naše šole, kar je zagotovo odraz pogostega izogibanja nekaterim športnim vsebinam (daljši teki, vaje za razvoj moči, nekatere gimnastične vsebine ...) ter sedečega načina življenja. Otroci velikokrat pozabljajo športno opremo, pri športnih aktivnostih sodelujejo z odporom oz. potrebujejo veliko motivacije. Vsako gibanje jim predstavlja napor, ki je po njihovem mnenju nepotreben in nekoristen. *Fair play* nima več pomena, otroci ne spoštujejo in upoštevajo navodil in pravil ter odklanjajo sodelovanje v mnogih neobveznih športnih dejavnostih (tečaji, šolska športna tekmovanja ...).

Gibalne sposobnosti otrok se slabšajo, hkrati pa narašča njihova telesna teža. Pri dekletih se stanje izboljšuje, pri fantih se slabša. Rezultati zadnjih analiz za leto 2010/11 kažejo, da se je stanje na nekaterih področjih gibalnega razvoja malenkost izboljšalo.

Iz intervjuja, objavljenega v časniku Dnevnik, z avtorji spremljav J. Strelom, G. Starcem in M. Kovač, so slovenski učenci in dijaki v teku na 600 m danes v povprečju za dobrih devet sekund počasnejši, kot so bili pred 20 leti, zato, ker so bistveno težji in ne obvladajo več svojega telesa, saj so gibalne

sposobnosti zelo povezane s telesno maso; prav tako se je poslabšala tudi sprinterska hitrost (tek na 60 m), pa tudi povprečna gibalna zmogljivost (Lorenčič, 2012).

Vse zapisano naju je spodbudilo, da projekt izvajava še danes.

■ Vsebinski del

Namen projekta je nagraditi učence za delo v šoli pri pouku ter drugih šolskih in zunajšolskih športnih dejavnostih. Šolska zakonodaja nas obvezuje, da v šoli ocenjujemo znanje in ne sposobnosti, ki so v veliki meri prirojene, in na njihov razvoj lahko vplivamo le delno. Zato se nam zdi, da so pri tem gibalno nadarjeni otroci velikokrat prikrajšani oz. niso dovolj nagrajeni za svoje znanje, sposobnosti in delo.

Operativni cilji projekta:

- spodbujanje aktivnega sodelovanja pri pouku,
- dvigovanje motivacije za vse športne dejavnosti, tudi tiste, ki so učencem manj zanimive in naporene,
- sodelovanje pri šolskih športnih tekmovanjih v šoli in zunaj nje,
- spodbujanje zdrave tekmovalnosti,



- spodbujanje *fair playa*,
- upoštevanje navodil in pravil,
- spremljanje in vrednotenje svojega dela in dela drugih,
- spodbujanje medosebnih odnosov, pomoči drugemu, sprejemanja drugačnosti.

Seznanitev otrok s projektom

V začetku šolskega leta sva prvo uro športne vzgoje otrokom v 6. razredu s sodelavcem opisala in predstavila merila izvajanja projekta in cilje, ki jih želimo z njim doseči. Ker otroci tekmujejo vse do konca 9. razreda, sva jim v 7., 8. in 9. razredu vse ponovila v krajši obliki, saj sistem že dobro poznajo.

V projektu sodelujejo vsi otroci od 6. do 9. razreda, tekmovanje je ločeno po spolu. Vsak učitelj sam vodi evidenco in ni odvisen od drugega učitelja glede izbire vsebin in tekmovanj. Vsebine, ki so vključene v točkovanje, so del učnega načrta in so zapisane v učiteljevi letni pripravi na pouk. Učitelj ga predloži na začetku šolskega leta in je prilagojen prostorskim in materialnim pogojem, ki jih šola ima.

Merila pridobivanja točk:

Vsi otroci začnejo zbirati točke vsako leto znova. Na šoli imamo v vsakem

razredu tri oddelke. Tako tekmujejo dekleta posameznega razreda skupaj, pri tem pa so vsebine enake.

Primer: Dekleta tečejo na 60 m. Prvih 10 deklet z najboljšimi rezultati v 6., 7., 8. in 9. razredu prejme točke po spodnji lestvici:

UVRSTITEV	TOČKE
1 mesto	20
2 mesto	15
3 mesto	10
4 mesto	7
5 mesto	6
6 mesto	5
7 mesto	4
8 mesto	3
9 mesto	2
10 mesto	1

Za preostala mesta se ne prejme točk.

Tako se izognemo tekmovanju mlajši - starejši, saj tekmovanje različnih starosti ne bi imelo motivacijskega vpliva, ker bi se večina mlajših vdala v usodo, da ne morejo tekrovati s starejšimi. Najboljša dekleta v posamezni paralelki imajo možnost pridobiti enako število točk. Točke se zapisujejo sproti na list, ki visi na notranji strani vrat kabineta športne vzgoje. Naredi se seznam

učenk, zapišemo rezultat in pripišemo dosežene točke. Za vsako opravljeno disciplino od 6.r – 9.r se na koncu objavijo rezultati ločeno po spolu.

■ V sistem točkovanja se upoštevajo naslednje dejavnosti

Za preostala mesta ne dobijo točk.

Tako se izognemo tekmovanju mlajši – starejši, saj tekmovanje različnih starosti ne bi imelo motivacijskega vpliva, ker bi se večina mlajših »vdala v usodo«, da ne morejo tekrovati s starejšimi. Najboljša dekleta v posameznem razredu imajo možnost pridobiti enako število točk. Točke se zapisujejo sproti na list, ki visi na notranji strani vrat kabineta športne vzgoje. Na seznam učenk zapišemo rezultat in pripišemo dosežene točke. Za vsako opravljeno disciplino od 6. do 9. razreda na koncu objavimo rezultate ločeno po spolu.

V sistem točkovanja upoštevamo naslednje dejavnosti:

1. rezultati, ki jih učenci pridobijo pri rednih urah;
2. šolska športna tekmovanja;
3. prinašanje športne opreme.

1. Vsebine za pridobivanje točk skozi šolsko leto so naslednje:

- **atletika** (tek 60 m, tek 300 m, tek 600 m, skok v višino, met 250 g žogice, suvanje 3 kg medicine (v jesenskem in potem tudi v spomladanskem delu, kjer vsebine ponovimo, upoštevam rezultat, ne napredek – napredek upoštevam pri oceni),
- **košarka** (izvajamo test 5 žog na čas).

2. šolska športna tekmovanja, na katera se prijavljamo različno iz leta v leto, potekajo zunaj šole in imajo drugačen sistem točkovanja kot šolska tekmovanja.

Udeležujemo se tekmovanj v malem in velikem atletskem pokalu, mestnem krosu, ljubljanskem maratonu, nogometu, košarki, odbojki, plavanju, moškem in ženskem nogometu, dvoranski

atletiki, streljanju z zračno puško, orientaciji, bowlingu ...

Na vsa omenjena tekmovanja otroke peljemo športni pedagogi.

Otrok, ki je izbran za individualno tekmovanje (izbere ga učitelj po predhodnih rezultatih, ki jih je pokazal v šoli med poukom), je za udeležbo na tekmovanju ne glede na rezultat nagrajen z 20 točkami. Temu se prištejejo točke za doseženo mesto po spodnji preglednici.

UVRSTITEV	TOČKE
1. mesto	100
2. mesto	80
3. mesto	60
4. mesto	40
5. mesto	30
6. mesto	20
7. mesto	15
8. mesto	12
9. mesto	10
10. mesto	8
11. mesto	6
12. mesto	4
13. mesto	3
14. mesto	2
15. mesto	1

Če se v določeni disciplini, pri kateri je mogoča uvrstitev na nadaljnja tekmovanja, uvrsti naprej, se mu točke pomnožijo.

UVRSTITEV NA MESTNO TEKMOVANJE točke pomnožijo	UVRSTITEV NA REGIJSKO TEKMOVANJE točke pomnožijo	UVRSTITEV NA DRŽAVNO TEKMOVANJE točke pomnožijo
2x	3x	4x

Če se v individualnih disciplinah upošteva tudi ekipna uvrstitev (npr. prvenstvo OŠ v atletiki, kjer so vključene vsebine, kot so tek 60 m, tek 100 m, tek 300 m, suvanje krogle, skok v višino in met žvižgača, kjer več učenk in učencev tekmuje v različnih disciplinah), prvi dve najbolje uvrščeni dobita še dodatne točke, ki so odvisne od ekipne uvrstitve in se dodajajo po merilu individualne lestvice šolskih športnih tekmovanj.

Primer: Tek 60 m

UVRSTITEV	TOČKE ZA SODELOVANJE	TOČKE ZA OSVOJENO MESTO	EKIPNA UVRSTITEV (doseženo 3 mesto)
1. mesto	20	100	60
2. mesto	20	6	60
15. mesto	20	1	/
16. mesto	20	/	/
20. mesto	20	/	/

Pri ekipnih športih, kot so košarka, nogomet, odbojka, dodelimo točke po spodnji preglednici.

Zmage v ekipnem športu prinesejo vsakemu udeležencu v ekipi enako število točk za sodelovanje. Če na tekmi ni igral, točk ne prejme. Vsekakor pa se ne dogaja, da bi učenci ne igrali v ekipi vsaj 10 minut.

TOČKE ZA SODELOVANJE NA TEKMI	TOČKE ZA OSVOJENO MESTO	DOBLJENA ZMAGA (vsaka dobljena zmaga dodatnih 10 točk otrokom, ki odigrajo zmagovalno tekmo)
20 točk	1. mesto v skupini 30 točk 2. mesto v skupini 20 točk 3. mesto v skupini 10 točk	

3. Prinašanje športne opreme.

Učenec pa lahko točke tudi izgubi. Vsaka ura športne vzgoje, pri kateri učenec ni ustrezno oblečen oz. nima športne opreme, se kaznuje z odvzemom petih točk. Prav tako točke odzvamemo učencu, ki je član šolske ekipe za tekmovanja zunaj šole, a izostane neopravičeno (izgubi 20 točk, kar je toliko, kolikor bi jih lahko pridobil, če bi se tekme udeležil, ne glede na rezultat).

Ta sistem je prav tako predlagal učitelj športne vzgoje Bojan Smolnikar, saj nekateri otroci večkrat na leto pozabijo športno opremo in kljub temu da so dobili zadolžitve pri pouku (obdelava gradiva na temo tekoče učne snovi), ne smejo ostati neopaženi.

Pri samem projektu smo se srečevali s problemom javne objave rezultatov vseh učencev, zato smo se odločili, da

bomo javno na oglasni deski skozi leto objavljali samo prvih 25 deklet in 25 fantov, ki se bodo na koncu leta udeležili nagradnega izleta. Za vse druge pa imamo v kabinetu športne vzgoje seznam vseh otrok. Kogar to zanima, lahko kadarkoli pogleda svoj rezultat na lestvici.

Najboljših 25 športnic in 25 športnikov na koncu leta peljemo na nagradni izlet v terme, prvih 6 športnic in športnikov pa na zaključni prireditvi šole dobi pokale.

■ Zaključek

V ta projekt je vloženo veliko dela, potrebna je doslednost zapisov, sprotna analiza in obdelava podatkov, saj se točkovni zapisi obnavljajo vsak mesec.

S projektom in pozitivnim odnosom do dela, z doslednosti pri izvajanju projekta in vključevanju v šolska športna tekmovanja, vzorom in spoštljivim odnos do predmeta smo v vseh teh letih izboljšali odnos do dela in *fair play*. Motivacija za delo je v večini primerov bila pozitivna, otroci skorajda ne pozabljajo športne opreme in sproti spremljajo svoj napredek. So zagnani in uspešnejši. Zavedati pa se moramo, da nekaterim otrokom tudi ta način ni dovolj velika motivacija, da se športne vzgoje ne bi izognili. Vesela sem, da je teh na naši šoli iz leta v leto manj. Projekt pa je tudi dodatna spodbuda učitelju, ki mu kljub temu, da ima z njim

Zapis zmagovalk zadnjih 5 let - prva tri mesta po oddelku:

2007/2008	2008/2009	2009/2010	2010/2011	2011/2012
1. mesto 9. r	1. mesto 8. r	1. mesto 9. r	1. mesto 9. r	1. mesto 6. r
2. mesto 8. r	2. mesto 9. r	2. mesto 9. r	2. mesto 9. r	2. mesto 7. r
3. mesto 7. r	3. mesto 8. r	3. mesto 8. r	3. mesto 8. r	3. mesto 9. r

ogromno dela, prinese zadovoljstvo ob pogledu na zadovoljne otroke, ki jih tovrstni način dela vzpodbuja. Otroci imajo radi red, odločnost, želijo si videti, kako dobri so in želijo tekrovati. Pravila so za vse enaka in to je za njih dodatna motivacija. Do projekta ni negativnih odzivov. Mislim, da se je skozi leta že tako ustalil, da nas redko kateri otrok vpraša, zakaj imamo tekrovanje za najboljšo športnico ali športnika šole. **Velikokrat imamo probleme, ker se jih na zunajšolska tekrovanja želi prijaviti več, kot jih lahko sodeluje.** Nošenje športne opreme je postalo del vsakdana, se pa najde tudi kakšen otrok, ki opremo pozabi – tudi za take imamo rešitev. V kabinetu imamo rezervna oblačila, ki si jih lahko spodosodijo in aktivno sodelujejo pri športni vzgoji, točke pa vseeno izgubijo. Mor-

da bi izpostavila dekleta, ki so glede na fante nekoliko manj usmerjena v tekrovavnost in ta tekrovavnost v 8. in 9. razredu upada, medtem ko je v 6. in 7. razredu še močna.

V projekt niso vključeni starši in drugi učitelji, saj je to izključno delo športnega pedagoga. Otroci ne pomagajo pri seštevanju točk, so pa dobro seznanjeni s tem, koliko točk so si z določeno dejavnostjo pridobili. Merila in preglednice za najboljšo športnico in najboljšega športnika visijo na oglasni deski pred vhodom v telovadnico celo leto.

Projekt priporočam vsem kolegom, ki se ne bojijo dodatnega dela, ki želijo otroke motivirati za osebno spremljanje, ki jih spodbuja na vsakem koraku. Naj se ne ustrašijo – ko je sistem utečen, je dela veliko manj.

Literatura

1. Kovač, M., Markun Puhan, N., Lorenci, B., Novak, L., Planinšec, J., Hrastar, I. idr. (2011). *Učni načrt. Program osnovna šola. Športna vzgoja* [Elektronski vir]. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport in Zavod RS za šolstvo.
2. Lorenčič, M. (29.10.2012). Na vsako uro za računalnikom naj bo otrok vsaj pol ure telesno dejaven. *Dnevnik/priloga Zdravje*.
3. Starc, G., Strel, J. in Kovač, M. (2010). *Telesni in gibalni razvoj slovenskih otrok in mladine v številkah*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
4. Tušak, M. in M. (1994). *Psihologija športa*. FF, Ljubljana, 1994.

Laura Macura Kunej,
športna pedagoginja, svetovalka
na OŠ Vižmarje Brod, Ljubljana
laura.macura-kunej@guest.arnes.si