

PODPORA POHYBOVEJ AKTIVITY DETÍ PREDŠKOLSKÉHO VEKU

Alexandra ONDREJKOVÁ, Janette GUBRICOVÁ

Súhrn: *V práci ide o prezentáciu súčasných názorov a postojov rodičov na pravidelné pohybové aktivity detí predškolského veku, ktoré navštevujú MŠ a MŠ rozšírené o pohybovú prípravu. Prostredníctvom dotazníka, ktorý vyplňovalo 210 respondentov sme u vybranej vzorky rodičov zisťovali osobný záujem rodičov o šport, ich športovú minulosť, účasť na spoločných pohybových aktivitách s dieťaťom, ekonomické postoje k športovaniu. Zaujímame sa o postoje rodičov k otázkam zdravia, telesnej a duševnej pohody dieťaťa. Na základe zistených skutočností autorky odporúčajú organizovať viac spoločných športových akcií s rodičmi, viesť deti ku kladnému vzťahu k telovýchove a športu, podporovať záujem o šport osobným príkladom a dôraz pripisovať dobrej psychickej pohode a radosti dieťaťa z pohybu.*

Kľúčové slová: *pohybová aktivita, motorika, materská škola, telesná výchova, šport, rodina, predškolský vek.*

Teoretické východiská

V predškolskom veku dochádza k formovaniu jedinca, ktoré môže mať celoživotný dosah. Často krát sa absencia správne orientovanej výchovy prejaví negatívnym spôsobom v neskoršom období, keď je potrebné vynaložiť oveľa viac úsilia na „dobehtutie“ zameškaného z predchádzajúcich vývinových období. Popri iných, životne dôležitých zručnostiach a návykoch, ktoré sa v uvedenom veku formujú, je potrebné upriamovať pozornosť aj na rozvoj pohybových zručností, návykov a postojov k vlastnému zdraviu. Jedným z významných činiteľov ovplyvňujúcich zdravie človeka je pohyb. Ako uvádza T. Perič (2004) v súčasnosti môžeme zaznamenať výrazný pokles pohybovej aktivity. Uvedená skutočnosť sa v súčasnosti prejavuje ako jeden z hlavných negatívnych faktorov životného štýlu, ktorý vplýva na zdravie človeka a ovplyvňuje kvalitu jeho života.

Ciele prieskumu

K zložkám, ktoré sa najaktívnejšie podieľajú na rozvoji osobnosti dieťaťa predškolského veku nesporne patria predškolské zariadenia a rodina. V našom prieskume

sme sa zamerali na preskúmanie problematiky pohybových aktivít a športu detí v období predškolského veku.

Metodologický postup – charakteristika prieskumného súboru, metódy

Nakoľko sa v Trnavskom a Bratislavskom regióne vyskytujú aj športovo zamerané MŠ, zaujímal nás rozdiel medzi pohybovými aktivitami detí predškolského veku v jednotlivých typoch MŠ. Výskum sme zrealizovali za pomoci rodičov, ktorých detí navštevujú športovo zameranú MŠ a rodičov ($n_1=105$) – ďalej 1. prieskumná skupina, ktorých detí navštevujú bežný typ MŠ ($n_2=105$) – ďalej 2. prieskumná skupina. Prieskum bol zrealizovaný na základe zámerného (1. prieskumná skupina) a dostupného (2. prieskumná skupina) výberu. Dotazovaní boli respondenti z Trnavského a Bratislavského regiónu.

Výsledky prieskumu

V prvej časti prieskumu nás zaujímal, ktoré faktory sú pre rodičov významné pri výbere predškolského zariadenia. V jednotlivých odpovediach respondentov sme identifikovali následné kritériá a ich frekvencie sme pre lepšie porovnanie vyhodnotili v percentách.

Tabuľka č. 1 Faktory ovplyvňujúce rodičov pri výbere MŠ

IDENTIFIKOVANÉ FAKTORY OVPLYVŇUJÚCE VÝBER MŠ	Percentuálne vyjadrenie frekvencie výskytu kategórii		
	1. prieskumná skupina	2. prieskumná skupina	Spolu
Dostupnosť MŠ z hľadiska bydliska	32 %	31 %	31,50 %
Zameranie predškolského zariadenia	11 %	12 %	11,50 %
Predchádzajúca (vlastná) skúsenosť	10 %	13 %	11,50 %
Dobrá povesť MŠ	46 %	38 %	42,00 %
Iné kritérium	1 %	6 %	3,50 %

Ako vyplýva z výsledkov v tabuľke č. 1, k najvýznamnejším faktorom ovplyvňujúcim výber predškolského zariadenia patrí „dobrá povesť“ zariadenia, ktorá zvyčajne svedčí o kvalite činnosti v zariadení. Pomerne významným faktorom ovplyvňujúcim výber zariadenia „dostupnosť zariadenia“ z hľadiska bydliska dieťaťa. Pomerne vyrovnanú frekvenciu v odpovediach respondentov sme zaznamenali v kritériu „zameranie predškolského zariadenia“ a „predchádzajúce (vlastná) skúsenosť“. Ako iné kritérium rodičia uvádzali pekné prostredie zariadenia a dobré materiálne vybavenie. Je zaujímavé, že vyššie percento v kritériu zameranie predškolského zariadenia dosiahli predškolské zariadenia, ktoré boli vedením MŠ označené ako bežný typ predškolského zariadenia, v porovnaní so športovo zameranými MŠ.

V ďalšej časti dotazníka sme sa zamerali na zistenie skutočnosti, či rodič s dieťaťom vykonáva nejaké športové aktivity vo voľnom čase a ako často.

Tabuľka č. 2 Pohybové aktivity rodiča s dieťaťom vo voľnom čase

FREKVENCIA VYKONÁVANIA POHYBOVÝCH AKTIVÍT RODIČOV S DIEŤAŤOM VO VOĽNOM ČASE	PERCENTUÁLNE VYJADRENIE FREKVENCIE VÝSKYTU KATEGÓRIÍ		
	1. prieskumná skupina	2. prieskumná skupina	Spolu
1x týždenne	25 %	20 %	22,50 %
Viacrát do týždňa	22 %	42 %	32,00 %
1x mesačne	3 %	5 %	4,00 %
Nepravidelne, sporadicky	45 %	25 %	35,00 %
Nevykonávam vôbec	6 %	8 %	7,00 %

Je potešiteľné, že 93 % rodičov vykonáva s deťmi vo voľnom čase aktivity športového zamerania. Medzi oboma porovnávanými skupinami sme v uvedenej oblasti neznamenali významnejšie rozdiely. Významný rozdiel v rámci sledovaných skupín sme zaznamenali pri otázke ako často vykonávajú rodičia športové aktivity so svojim dieťaťom mimo materskej školy. Ako vyplýva z výsledkov v tabuľke č. 2, najvyššie percento dotazovaných rodičov vykonáva s deťmi športovo zamerané aktivity nepravidelne. V rámci porovnania sledovaných skupín, až 45 % respondentov 1. prieskumnej skupiny vykonáva športovo zamerané aktivity nepravidelne, sporadicky, kým prekvapivo najvyššie percento v rámci 2. prieskumnej podskupiny sme zaznamenali pri frekvencii viackrát do týždňa (42 %).

V ďalšej otázke nás zaujímalo, ktorý z rodičov venuje športovým aktivitám s dieťaťom viac voľného času. Až 59 % respondentov z 1. prieskumnej skupiny a 55 % respondentov z 2. prieskumnej skupiny uviedlo, vo voľnom čase športujú spolu s dieťaťom obaja rodičia spolu. Uvedená skutočnosť pôsobí ako vhodný výchovný moment a zvyšuje kvalitu pohybového režimu detí. V porovnaní otcov a matiek, majú otcovia mierne väčšie zastúpenie vo venovaní voľného času dieťaťu prostredníctvom pohybových aktivít v rámci oboch sledovaných podskupín, v priemere asi o 5 %.

V 3. otázke sme sa zaujímali o skutočnosť, či rodičia v minulosti aktívne športovali a či športujú aj v súčasnosti.

Tabuľka č. 3 Prehľad o aktívnom športovaní v minulosti

AKTÍVNE VYKONÁVANIE ŠPORTU RODIČMI V MINULOSTI A V SÚČASNOSTI	PERCENTUÁLNE VYJADRENIE					
	1. prieskumná skupina		2. prieskumná skupina		Spolu	
	minulost'	súčasnost'	minulost'	súčasnost'	minulost'	súčasnost'
Áno	40 %	87 %	45 %	72 %	42,50 %	79,50 %
Nie	60 %	13 %	55 %	28 %	57,50 %	20,50 %

Vzhľadom na skutočnosti, že rodina je v živote dieťaťa prvou inšinciou na odovzdávanie vzorov a voľby záľub, sme zisťovali či rodičia v minulosti aktívne športovali. Takmer polovica dotazovaných rodičov uviedla, že v minulosti aktívne športovala. Je prekvapivé, že s pribúdajúcim vekom sa počet športujúcich rodičov zvýšil v oboch dotazovaných skupinách rodičov. Aj keď je potrebné upresniť, že väčšina rodičov uviedla skutočnosť, že sa športovým aktivitám v súčasnosti venujú síce pravidelne, avšak viac-menej na úrovni rekreačnej. Zo športov, ktoré rodičia vykonávali mali najvyššiu frekvenciu: plávanie, tenis, futbal, cykloturistika a turistika, avšak zaregistrovali sme aj atletiku, volejbal, basketbal, hádzanú a karate.

Ako vyplýva z uvedených skutočností, väčšina rodičov si uvedomuje význam vykonávanie športových aktivít. Zaujímalo nás, či k uvedeným aktivitám vedú aj svoje deti vo voľnom čase, teda v čase, ktorý dieťa strávi mimo MŠ.

Tabuľka č. 4 Účasť dieťaťa na športovo zameraných krúžkoch mimo MŠ

FREKVENCIA ÚČASTI DIEŤAŤA NA ŠPORTOVO ZAMERANÝCH KRÚŽKOCH VO VOĽNOM ČASE	PERCENTUÁLNE VYJADRENIE FREKVENCIE VÝSKYTU KATEGÓRII		
	1. prieskumná skupina	2. prieskumná skupina	Spolu
1x týždenne	30 %	17 %	23,5 %
Viacrát do týždňa	16 %	30 %	23 %
1x mesačne	1 %	8 %	4,50 %
Nepravidelne, sporadicky	0 %	0 %	0 %
Nenavštevuje vôbec	53 %	45 %	49 %

Mnohí rodičia so svojimi deťmi od útleho veku navštevujú rôzne športové krúžky ako sú napríklad plávanie, balet, gymnastika, hokej, tanec a iné. Z tohto dôvodu sme sa zaujímali o zistenie, či rodičia, ktorých deti navštevujú športovo zameranú MŠ, navštevujú a deťmi aj športové krúžky mimo MŠ. Ako uvádza tabuľka č. 3, 30 % rodičov 1. prieskumnej skupiny a 17 % 2. prieskumnej skupiny sa zúčastňuje takejto športovej aktivity s dieťaťom raz do týždňa. 16 % respondentov 1. prieskumnej skupiny a 30 % respondentov 2. prieskumnej skupiny navštevuje športovo zameraný krúžok viackrát do týždňa. Uvedená skutočnosť je prekvapivá, avšak jedným z dôvodov častejšieho tréningovania detí predškolského veku z 2. prieskumnej skupiny môže byť aj skutočnosť, že respondenti z 1. prieskumnej skupiny sa zapájajú do tréningových aktivít v rámci MŠ.

Tabuľka č. 5 Hodnotenie vplyvu pravidelného cvičenia na dieťa predškolského veku

HODNOTENIE VPLYVU PRAVIDELNÉHO CVIČENIA	PRIDELENÁ PRIEMERNÁ ZNÁMKA V HODNOTENEJ OBLASTI	
	1. prieskumná skupina	2. prieskumná skupina
Zdravotný stav	2,21	1,78
Zlepšenie kondície	3,01	2,32
Zlepšenie koordinácie	2,73	2,42
Získanie nových pohybových zručností	1,89	2,15

Názor respondentov z našej výskumnej vzorky na vplyv pravidelného pohybu pre dieťa predškolského veku sme zisťovali v ďalšej položke. Respondenti mali „oznámkovať“ vplyv pohybovej aktivity na svoje dieťa, pričom 1 znamenala najväčší vplyv, 5 znamenala najmenší vplyv na dieťa. Možno konštatovať, že najväčší význam pravidelného pohybu pre dieťa rodičia vidia v zlepšení zdravotného stavu dieťaťa a v získaní nových pohybových zručností. Je paradoxné, respondenti, ktorých deti sa zúčastňujú pravidelných pohybových aktivít v športovo zameraných MŠ, hodnotili vplyv pohybových aktivít na dieťa až v troch položkách horšie, ako respondenti z bežných typov MŠ.

Záver

V našom príspevku sme sa pokúsili o sondu ponúkajúcu prehľad o športovej aktivite detí predškolského veku. Ako vyplýva z prezentovaných výsledkov rodičia si v plnej miere uvedomujú význam športových aktivít v období predškolského veku. Je sympatické, že aj rodičia 1. prieskumnej skupiny sa napriek skutočnosti, že ich dieťa navštevuje športovo zameranú MŠ vo voľnom čase vedú dieťa k vykonávaniu športových aktivít, čím nepriamo podporujú výchovný zámer MŠ.

Na záver môžeme skonštatovať, že do vytvárania vzťahu dieťaťa k športu je potrebné zaangažovať aj rodičov, pretože od pohybového uvedomenia rodičov v podstatnej miere závisí aké miesto bude mať pohybová aktivita a šport v živote dieťaťa.

Literatúra

- DVOŘÁKOVÁ, H. *Pohybem a hrou k rozvoji osobnosti dítěte*. 1. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-693-4
- HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Zdravá mateřská škola*. 1. vyd. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-048-0
- MEDEKOVÁ, H. Podiel rodiny pri orientácii detí na šport. In LABUDOVOVÁ, J. *Športová aktivita v rodine. Zborník z celoslovenského vedeckého seminára*. Bratislava: Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR, 1997. ISBN 80-88901-08-1.
- MINAROVJECH, J. *Pohybom k aktívnemu zdraviu*. 1. vyd. Bratislava: Šport, slovenské telovýchovné vydavateľstvo, 1998. 156 s.
- PERIČ, T. *Sportovní příprava dětí*. 1. vyd. Praha: Granada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0683-0.

SUPPORTING OF MOTORIC ACTIVITIES OF CHILDREN IN PRE-SCHOOL YEARS

Abstract: The article presents actual parents' attitudes to and opinions on regular physical activities of preschool children, which are attending kindergarten and kindergarten with extensive physical preparation. We have gathered the data using questi-

onnaire for 210 respondents chosen out of parents' sample. We were aimed at finding out their personal interest about sport, their sportive background, and measure of their participation on sportive activities with their children and economic aspects of sporting (how they perceive it). We are also interested in parents' attitudes to health, physical and psychological well being of their children. On the basis of outgoing results, the authors of the article suggest to organise more sportive activities where the parents can participate with their children. They also suggest leading the children more toward positive attitude to physical training and sports and to support sportive interests of their children. Very important is to give a personal example and to pay attention to physical well being of the child and to his/her enjoy of movement.

Key words: physical activity, movement, kindergarten, physical education (PE), sport, family, preschool age