

UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA

NUŠA VERDEV

ANALIZA IZVAJANJA PLANINSKIH VSEBIN V
VRTCU

DIPLOMSKO DELO

LJUBLJANA, 2017

UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA
Študijski program: Predšolska vzgoja

NUŠA VERDEV

Mentorica: doc. dr. JERA GREGORC

ANALIZA IZVAJANJA PLANINSKIH VSEBIN V VRTCU

DIPLOMSKO DELO

LJUBLJANA, 2017

HVALA ...

... MENTORICI dr. Jeri Gregorc za čas, hitro odzivnost in za vso pomoč ter strokovno vodenje pri pisanju diplomskega dela.

... STARŠEM, ki so me podpirali pri celotnem izobraževanju in mi ga tudi omogočili, že v otroštvu pa vzbudili v meni ljubezen do gora, ki jo sedaj prenašam naprej na otroke.

... VODNIKOM iz domačega planinskega društva, ki so mi poleg staršev približali planinstvo do te mere, da je postalo moj način življenja, na podlagi česar sem tudi izbrala temo diplomskega dela.

... Nini Gradič Planko za nasvete in jezikovni pregled diplomskega dela.

ANALIZA IZVAJANJA PLANINSKIH VSEBIN V VRTCU

Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta, avgust 2017

Število strani: 47 Število slik: 1 Število tabel: 6 Število grafov: 5 Število virov: 26

POVZETEK

V diplomskem delu predstavljamo planinstvo v vrtcih: kako vpliva na otrokov razvoj, kakšne so prednosti organizacije planinskih dejavnosti v vrtcu, kakšen je vpliv vzgojitelja in vodstva vrtca na izvajanje planinskih vsebin ter kako je le-to zajeto v Kurikulumu za vrtce.

Skladno s cilji raziskave predstavljamo pogostost izvajanja teoretičnih in praktičnih planinskih vsebin v vrtcih, raziskujemo pa tudi razlike v izvajanju teh vsebin med prvim in drugim starostnim obdobjem ter proučujemo dejavnike, ki vplivajo na pogostost izvajanja planinskih vsebin v vrtcu.

S pomočjo nestandardiziranih anketnih vprašalnikov smo pridobili podatke o pogostosti izvajanja planinskih vsebin v vrtcih, o primernosti okolice in podpori vodstva vrtca pri njihovem izvajanju ter o mnenju vzgojiteljev o vplivu planinstva na otroke.

Pridobljene podatke smo numerično obtežili. Za statistično obdelavo podatkov smo uporabili statistični program SPSS – 21.0 za Windows. Uporabili smo osnovne statistične parametre (opisno statistiko). Za ugotavljanje razlik med skupinama smo uporabili kontingenčne tabele, hi-kvadrat preizkus in Pearsonov koeficient korelacije. Za ugotavljanje vpliva izbranih dejavnikov (kraj, starost otrok, podpora vodstva) na izvajanje planinskih vsebin smo uporabili multiplo regresijsko analizo. Statistično značilnost smo preverjali na ravni 5-odstotnega tveganja ($p \leq 0,05$).

Z analizo pridobljenih rezultatov smo ugotovili, da tako teoretične kot tudi praktične planinske vsebine vzgojitelji pogosteje izvajajo v drugem starostnem obdobju. Dobrih 60 % vseh anketiranih vzgojiteljev opravi krajši sprehod v okolici vrtca več kot dvakrat tedensko, več kot 20 % pa se s skupino odpravi na krajši sprehod manj kot trikrat mesečno. Daljši izlet, ki bi presegal otrokovo vsakodnevno obremenitev in bi zajemal vsaj 150 m višinske razlike v eno smer, je v preteklem šolskem letu izvedlo 64,6 % anketiranih vzgojiteljev, od tega je 17 % anketiranih vzgojiteljev takšen izlet izvedla štirikrat ali večkrat.

Rezultati so pokazali, da pogostost izvajanja planinskih vsebin ni odvisna od okolice, v kateri se vrtec nahaja, ter da dejavniki, ki smo jih izbrali (okolica, mnenje vzgojitelja ter podpora vodstva vrtca) in predpostavljali, da v veliki meri vplivajo na pogostost izvajanja planinskih vsebin v vrtcu, na to vplivajo le v 10 %. Podpora, ki jo vodstvo vrtca nudi vzgojiteljem, pa pozitivno vpliva na pogostost izvajanja praktičnih planinskih vsebin v vrtcu (sprehodi, daljši izleti, orientacijski izleti in plezanje).

Ključne besede: predšolski otroci, gibanje, hoja, planinstvo v vrtcu

ANALYSIS OF THE ALPINE CONTENT IMPLEMENTATION IN KINDERGARTEN

University of Ljubljana, Faculty of Education, August 2017

Pages: 47 Pictures: 1 Tables: 6 Graphs: 5 Sources: 26

SUMMARY/ABSTRACT

This diploma thesis focuses on mountaineering in kindergartens: how it affects a child's development, what are the advantages of organising alpine activities in kindergarten, what influence do the teacher and the management of the kindergarten have on the implementation of alpine content and how it is included in the document Kurikulum za vrtce.

The goals of the research are to present the frequency of the implementation of theoretical and practical alpine content in kindergarten, to study the differences between the implementation of this content in the first age bracket and in the second one, and to research the factors that affect the frequency of alpine content implementation in kindergarten.

With the help of non-standardised survey questionnaires, we obtained the data on the frequency of alpine content implementation in kindergarten, the suitability of the environment and the support of the kindergarten management on the implementation, and the teachers' opinion on the effects of mountaineering on children.

The obtained data were numerically weighted. SPSS Statistics software package 21.0 for Windows was used for statistical data processing. Basic statistical parameters (descriptive statistics) were used. Contingency tables, chi-squared test and Pearson correlation coefficient were employed to discover the differences between the groups. Multiple regression analysis was used to discover the effects of chosen factors (location, age of children, support of the management) on the implementation of alpine contents. Statistical significance was examined on the level of 5 percent risk ($p \leq 0,05$).

The analysis of obtained results determined that the implementation of both theoretical and practical alpine content is more frequent in the second age bracket. A good 60 percent of all interviewed kindergarten teachers go for a short walk in the vicinity of the kindergarten more than two times per week, while more than 20 percent take their group for a short walk fewer than three times per month. A longer trip which exceeds a child's everyday strain and includes at least 150 m of elevation gain in one direction, was implemented by 64.6 percent of the

interviewed teachers in the past school year, while 17 percent of the interviewed teachers implemented four or more such trips.

The results showed that the frequency of alpine content implementation is not connected to the kindergarten's surroundings. It also showed that the factors we chose and thought they strongly affect the frequency of alpine content implementation (location, teacher's opinion and support of the management) only have a 10 percent effect on it. Support, provided for the teachers by the management of the kindergarten, has a positive effect on the frequency of practical alpine content implementation in kindergarten (walks, longer trips, orienteering and climbing).

Key words: pre-school children, the movement, walking, mountaineering in kindergarten

KAZALO VSEBINE

1	UVOD	1
2	PREDMET IN PROBLEM	3
2.1	PLANINSTVO V SLOVENIJI	3
2.2	PLANINSKA ORGANIZACIJA V SLOVENIJI	5
2.3	PLANINSTVO V VRTCU	6
2.3.1	<i>VPLIV PLANINSTVA NA OTROKA</i>	8
2.3.2	<i>PLANINSTVO V KURIKULUMU</i>	14
2.3.3	<i>PLANINSTVO KOT OBOGATITVENA DEJAVNOST</i>	16
2.3.4	<i>PREDNOSTI ORGANIZACIJE PLANINSKIH VSEBIN</i>	20
2.3.5	<i>VLOGA VZGOJITELJA PRI IZVAJANJU PLANINSKIH VSEBIN V VRTCU</i> ..	20
3	CILJI	23
4	HIPOTEZE	24
5	METODE DELA	25
5.1	METODA	25
5.2	VZOREC	25
5.3	SPREMENLJIVKE	25
5.4	POSTOPEK ZBIRANJA PODATKOV	25
5.5	OBDELAVA PODATKOV	25
6	REZULTATI IN INTERPRETACIJA	26
6.1	INTERPRETACIJA PO VPRAŠANJIH	26
6.1.1	<i>POGOSTOST IZVAJANJA PLANINSKIH VSEBIN</i>	26
6.1.2	<i>MNENJE VZGOJITELJEV O PLANINSTVU</i>	29
6.1.3	<i>PODPORA VODSTVA</i>	30
6.2	INTERPRETACIJA IN ANALIZA REZULTATOV PO HIPOTEZAH	31
6.2.1	<i>HIPOTEZA 1</i>	31
6.2.2	<i>HIPOTEZA 2</i>	33
6.2.3	<i>HIPOTEZA 3</i>	34
7	RAZPRAVA	36
8	ZAKLJUČEK	40
9	VIRI IN LITERATURA	41
10	PRILOGE	44

KAZALO SLIK

Slika 1: Model pojasnjevanja, kako na pogostost izvajanja planinskih vsebin vplivajo mnenje vzgojitelja, okolje, v katerem se vrtec nahaja, in podpora vodstva.....	34
---	----

KAZALO TABEL

Tabela 1: Izvajanje teoretičnih planinskih vsebin	28
Tabela 2: Mnenje vzgojiteljev o pomenu planinstva za otroke.....	29
Tabela 3: Podpora vodstva vrtca izvajanju planinskih dejavnosti	31
Tabela 4: Izračun povezanosti okolja, v katerem se vrtec nahaja, z izvajanjem teoretičnih in praktičnih planinskih vsebin.....	33
Tabela 5: Doprinos posamezne spremenljivke k oblikovanju regresijske enačbe	34
Tabela 6: Povzetek ocenjevalnega modela regresije.....	35

KAZALO GRAFOV

Graf 1: Razporeditev pogostosti izvajanja krajših sprehodov	26
Graf 2: Razporeditev izvajanja daljših izletov	27
Graf 3: Razporeditev izvajanja orientacijskih izletov in plezanja.....	28
Graf 4: Razporeditev mnenja vzgojiteljev o pomenu planinstva za otroke	30
Graf 5: Razporeditev izvajanja teoretičnih in praktičnih vsebin po starostnih obdobjih.	32

1 UVOD

Namen diplomskega dela je raziskati teoretične in praktične vsebine planinstva v predšolskem obdobju in ugotoviti pogostost in načine njihovega izvajanja. Planinske vsebine so v Kurikulumu za vrtce (nacionalnem dokumentu, ki predstavlja vrtcem in vzgojiteljem vodilo pri njihovem delu) zajete med cilji na področju gibanja. Gibanje je eno izmed šestih področij, ki so zajeta v kurikulumu. S procesno-razvojno zapisanimi cilji Kurikulum usmerja vzgojitelja pri delu. Zaradi avtonomnosti vzgojitelja pri izbiri različnih vsebin za doseg istih ciljev ter tudi od različnih dejavnikov (npr. njegovega izobraževanja, lokalnih pogojev in kulture, njegovih subjektivnih teorij ipd.) pa je odvisno, kakšne in kako kakovostne vsebine bo otrokom ponudil.

Vzgojiteljeva avtonomnost mora slediti razumevanju otrokovega razvoja. Razvoj je v tem obdobju celosten, dinamičen, različno intenziven na različnih področjih, potreba po gibanju in igri pa sta otrokovi osnovni potrebi. Z njuno ustrežno pogostostjo in intenzivnostjo bo otrok krepil tako gibalne in funkcionalne sposobnosti, kot tudi razvijal spoznavne, socialne in čustvene sposobnosti ter lastnosti.

Ena izmed cenovno ugodnih gibalnih dejavnosti, ki se lahko izvaja skozi celo leto in v vseh življenjskih obdobjih, je planinstvo. Planinstvo pri otroku vpliva na več področij, in sicer razvija njegov srčno-žilni in dihalni sistem, izboljšuje aerobno zmogljivost, krepi mišice in sklepe, vpliva na razvoj nekaterih gibalnih sposobnosti, pomaga pri ohranjanju primerne telesne teže in pozitivno vpliva na njegovo duševnost ter intelektualni razvoj. Poleg tega pa gibanje v naravi pri otroku vzbudi čut do narave, do njenega ohranjanja in vpliva na ekološko ozaveščenost. Planinski izleti v skupini ustvarijo tudi pogoje za navezovanje boljših in pristnejših odnosov med otroki in med otroki ter vzgojiteljem. Na izletu otroci pridobivajo vrline, kot so spoštovanje drugih, kolegalnost, pomoč, poštenost, plemenitost, hkrati pa tudi delavnost, vztrajnost in vedoželjnost.

Za podpiranje, vzpodbujanje in usmerjanje izvajanja planinskih dejavnosti v vrtcu so pri Mladinski komisiji Planinske zveze Slovenije ustvarili program Ciciban planinec, kjer otroci prejmejo dnevnik in ga na vsakem izletu izpolnjujejo. Znotraj programa otroci napredujejo v planinskem znanju in pridobivajo pomembne vrednote, hkrati pa na zabaven in kreativen način pridobivajo pozitiven odnos do izletov v naravi. Poleg programa Ciciban planinec obstaja tudi program Mali sonček, ki med drugim podpira in vzpodbuja organizacijo izletov v naravo. Za vsako izmed štirih starostnih stopenj namreč predvideva od štiri do šest izletov ali orientacijskih izletov, po izvedbi katerih otrok prejme nalepko.

Vzgojiteljem avtonomija dopušča, da se sami odločijo za to, katere dejavnosti bodo s svojo skupino izvajali. Na odločitev vplivajo različni dejavniki. V diplomskem delu izpostavljam naslednje dejavnike in ugotavljam, kako vplivajo na izvajanje planinskih vsebin v vrtcih: okolje, v katerem se vrtec nahaja, vzgojiteljev odnos do planinstva oz. njegovo mnenje o pozitivnih učinkih te dejavnosti na otroka in podpora, ki jo vodstvo nudi vzgojiteljem pri izvajanju teh vsebin.

Vsak vzgojitelj si skozi izobraževanje in kasneje skozi praktične izkušnje oblikuje in ustvarja subjektivne teorije, ki so njegovo vodilo pri sprejemanju odločitev o delu v vrtcu. Subjektivne teorije so povezane z življenjskim slogom vzgojitelja, kar je za področje gibanja pomembno. Raziskave so namreč pokazale, da na vzgojiteljeve odločitve o vključevanju gibalnih dejavnosti v vrtčevski vsakdan vpliva njegovo gibalno udejstvovanje. Tisti, ki imajo zdrav življenjski slog, pogosteje v svoje delo v vrtcu vključujejo gibalne dejavnosti. Pri tem je pomemben odnos vodstva do vsebin, ki jih želi vzgojitelj izvesti, saj je realizacija odvisna tudi od njihove naklonjenosti in podpore vzgojiteljem pri njihovih projektih. Vlogo pri izvedbi dejavnosti, kot je planinstvo v vrtcu, pa igra tudi okolje, v katerem se vrtec nahaja. Na vzgojiteljevo odločitev o izvajanju planinskih vsebin verjetno bolj pozitivno vpliva takšno vrtčevsko okolje, ki predstavlja ustrezno izhodišče za hojo na različne vzpetine.

Raziskav na temo teh dejavnikov, ki vplivajo na izvajanje teoretičnih in praktičnih planinskih vsebin v vrtcu v obeh starostnih obdobjih, še ni. V tem diplomskem delu želimo zato raziskati, v kakšni meri na izvajanje planinske dejavnosti vplivajo vzgojiteljevo mnenje o planinstvu, podpora vodstva in okolje, v katerem se vrtec nahaja, ter kakšne so razlike v izvajanju planinskih vsebin med prvim in drugim starostnim obdobjem.

2 PREDMET IN PROBLEM

2.1 PLANINSTVO V SLOVENIJI

Planinstvo lahko opredelimo kot »splet športnih, kulturnih, gospodarskih in raziskovalnih dejavnosti, povezanih z gorsko naravo« (Ažman, Jazbec, Jazbec, Peršolja in Pollak, 2001, str. 9). Hoja, izletništvo, pohodništvo in gorništvo ljudem predstavljajo življenjsko potrebo in vir duševne in telesne sprostitve, ki ohranja in spodbuja telesno vitalnost (Kristan, 1993).

Tradicija planinstva, močno razvejana planinska organizacija in njena raznolikost, finančna sprejemljivost, neomejena starost in pozitivni učinki gibanja v naravi oz. hoje kot človekove osnovne gibalne dejavnosti so dejavniki, ki vplivajo na množično planinsko udejstvovanje v Sloveniji (Glavnik idr., 2011). Slovenija je obdarjena s pokrajinskimi značilnostmi, ki ljudem nudijo raznoliko tovrstno aktivnost, ki pa vpliva ne le na psihosomatsko stanje posameznika, ampak tudi na njegov čustven, etičen in kulturnen odnos do narave (Ažman idr., 2001).

Avtorji longitudinalne študije o športno rekreativni dejavnosti Slovencev so ugotovili, da se več kot polovica Slovencev najraje ukvarja s hojo, med prvih pet najpogostejših dejavnosti pa je uvrščeno tudi planinstvo oz. gorništvo (Pori in Sila, 2010). Lahko rečemo, da je planinstvo postalo identiteta Slovencev.

Kristan (1993) navaja naslednja dejstva, zaradi katerih pravi, da je gorništvo postalo del slovenske narodne identitete: vloga gorništva v zgodovini, kulturi in umetnosti, množičnost ukvarjanja s to dejavnostjo in geografska lega države. Pravi, da je gorništvo del psihološke podobe slovenskega naroda, kulturna dediščina in hkrati tudi vrednota.

Pri prvem dejstvu, **vlogi gorništva v zgodovini** oz. natančneje v narodnostnem boju, opisuje gorništvo ne kot razvedrilno oz. športno dejavnost, ampak kot narodno gibanje oz. kot obrambo pred Nemci, ki so si želeli s ponemčevanjem utreti pot proti Jadranu. To so počeli ne le po dolinah, ampak so se znotraj Nemško-avstrijskega planinskega društva in Avstrijskega turističnega kluba usmerili v razpredanje svoje mreže tudi v gorskem svetu, kjer so gradili koče in markirali poti. Ker Slovenci takrat nismo imeli svoje organizacije, ki bi se jim uprla, so z upiranjem najprej začeli posamezniki. S pobudami za gradnjo koč in poti so želeli v tej dejavnosti dohiteti in prehiteti tujce ter tako gore narediti bolj slovenske. Ena izmed potez, ki v zgodovini boja za narodno zavest na področju gorskega sveta in tudi nasploh najbolj izstopa, je zagotovo odkup vrha Triglava in postavitve stolpa na njem, kar je storil Jakob Aljaž, duhovnik in velik ljubitelj gora in s tem dokazal Nemcem, da je vrh Triglava vendarle slovenski. Boj za

slovensko podobo naših gora je potekal tudi med alpinisti, ki so se dokazovali predvsem na območju Triglavске severne stene. Po prvi svetovni vojni je bil boj proti tuji lasti slovenskih gora dobljen in Slovensko planinsko društvo, ustanovljeno leta 1893, je dobilo v upravljanje in last vse dotedanje tuje premoženje. Planinska dejavnost se je v Sloveniji torej razvila v tesni povezavi z razvojem narodne zavesti, kar jo zagotovo prišteva k delu narodne identitete (Kristan, 1993).

Če gorništvu ne bi bilo del slovenske narodne identitete, najbrž tudi **kulturna in umetniška ustvarjalnost**, ki je povezana z gorami in gorništvom, ne bi bila tako pomembna dela slovenske kulturne tvornosti. Slovenska planinska organizacija se že od vsega začetka trudi razvijati bogato kulturno dejavnost in s tem razširiti planinstvo več kot na zgolj športno rekreativno dejavnost. Tako nepretrgoma izhaja Planinski vestnik že od leta 1895 in bralcem nudi širok nabor planinskih vsebin (od potopisov, proznih stvaritev, zgodovine, varstva narave, ekologije do prostora za umetniško fotografijo). Leta 1936 je bila ustanovljena Planinska matica, danes Planinska založba, ki že od vsega začetka izdaja bogato strokovno planinsko in vodniško literaturo ter je zelo dejavna na področju kartografije. Planinska motivika pa se ne pojavlja samo v kulturni dejavnosti planinske organizacije, temveč jo lahko zasledimo tudi v vseh ostalih umetnostnih zvrsteh, npr. v prozi Bučerja, Finžgarja, Mencingerja, Vodnika, Gregorčiča, Kosovela, Jenka in drugih, v upodabljanju slikarjev Gasparija, Groharja, Jakca, Jakopiča in drugih, v delu mnogih skladateljev, med drugim tudi Aljaža, Avsenika in Ipavca. Izredno bogat je nabor gorniške umetniške fotografije, potopisov in izpovednih del, radijskih in televizijskih oddaj ter predavanj na temo planinstva. Tudi filmska industrija z gorniško tematiko prav nič ne zaostaja, pri čemer je treba omeniti, da so Skalaši leta 1931 poskrbeli za nastanek prvega slovenskega celovečernega filma *V kraljestvu zlatoroga* (prav tam).

Gore so za ustvarjanje navdihnile tudi mnoge glasbene ustvarjalce, ki so nam zapustili zelo bogato ljudsko glasbeno dediščino, ustvarili pa so tudi ogromno planinskih zborovskih pesmi in samospevov, pri čemer je treba omeniti uradno himno slovenskih planincev *Oj, Triglav, moj dom* (Bobovnik idr., 2012).

Planinstvo je del identitete slovenskega naroda. To dokazuje tudi **množičnost** ukvarjanja s to dejavnostjo. Okoli 1,4 milijona obiskovalcev letno obiše naše gore, na voljo pa jim je 181 planinskih koč in 2002 planinskih poti, ki se v skupaj 10064 kilometrih razpredajo po Sloveniji. Veliki večini Slovencev predstavlja oddih v naravi način življenja. O tem priča tudi podatek,

da je Planinska zveza Slovenije v letu 2016 štela 55.150 članov, združenih v 287 društev (planinskih društev, postaj GRS, klubov) (Osebna izkaznica PZS).

Slovenija je država, ki je s svojimi **geografskimi značilnostmi** zelo naklonjena planinstvu, saj kar 42 % njenega celotnega površja predstavlja alpski svet (Glavnik idr., 2011). Čez državo namreč sega del 1200-kilometerskega loka Alp, ki se raztezajo od Genovskega zaliva do Donave pri Dunaju. Posledično ima pokrajina alpske značilnosti (visoke gore, globoke alpske doline in jezera ledeniškega izvora), ne manjka pa niti etnološkega obeležja in alpske kulture. Zato ji rečemo tudi alpska dežela, pri kateri je že samoumevno, da imajo prebivalci gornišstvo v krvi (Kristan, 1993).

Torej če je gornišstvo na podlagi vseh teh argumentov sestavni del naše narodne identitete, potem je samoumevno, da zajema vse starostne skupine, tudi mladino in posledično predšolske otroke. Pri Planinski zvezi Slovenije se zavedajo pomembnosti vzgoje mladih in ji zato posvečajo veliko pozornosti.

2.2 PLANINSKA ORGANIZACIJA V SLOVENIJI

V Sloveniji je planinstvo organizirano že od leta 1893. V posameznih krajih oz. občinah delujejo planinska društva, ki se združujejo v meddruštvene odbore, ti pa so povezani v krovno organizacijo Planinsko zvezo Slovenije, ki društvom omogoča nemoteno delovanje in skrbi za razvoj planinske dejavnosti. Društva delujejo na različnih področjih planinstva, npr. se ukvarjajo z vodništvom, alpinizmom, plezanjem, skrbijo za planinske poti in kočje ter organizirajo različne dejavnosti, kot so pohodi, planinski tabori, zimovanja, turnosmučarki izleti, orientacijska tekmovanja, odprave v tuja gorstva itd. (Glavnik idr., 2011).

Zaradi širokega nabora planinskih dejavnosti imajo društva različne odseke, ki se ukvarjajo z določenim ožjim področjem planinstva, npr. mladinski odsek skrbi za vzgojo in izobraževanje mladih planincev, vodniški odsek si v društvu prizadeva za izobraževanje strokovnega planinskega kadra, markacijski odsek skrbi za urejanje planinskih poti, turnokolesarski odsek organizira kolesarske ture itd. Posamezni odseki se združujejo v komisije, ki so kot deli notranje organiziranosti Planinske zveze Slovenije, npr. mladinska komisija, vodniška komisija, komisija za alpinizem, komisija za gorske športe, gospodarska komisija, komisija za planinske poti, komisija za športno plezanje, komisija za turno kolesarstvo, komisija za varstvo gorske narave (Statut Planinske zveze Slovenije).

Izvajanje planinskih vsebin v vrtcu znotraj planinskega društva spada torej pod delo mladinskega odseka, širše pa je to del Mladinske komisije pri Planinski zvezi Slovenije (kasneje MK PZS), ki je bila ustanovljena leta 1956 z namenom, da bi prevzela skrb za vzgojo in izobraževanje mladih. Njen osnovni namen se od takrat še ni spremenil, stremi namreč k temu, da bi skozi planinske aktivnosti oz. usposabljanja otroci postajali varnejši samostojni obiskovalci gora, zato skrbijo za izobraževanje strokovnih kadrov, ki predajajo svoje znanje in izkušnje na mlade, spodbujajo organizirano delovanje mladih na področju planinstva in z organizacijo različnih akcij skrbijo za razširjenost in kakovost planinstva. Te akcije so npr. tekmovanje Mladina in gore ter planinska orientacijska tekmovanja, planinska šola, izobraževanja za mentorje planinskih skupin, neformalno izobraževanje za mladinske voditelje, programa Ciciban planinec in Mladi planinec itd. Izvajanje planinskih dejavnosti v vrtcu spodbuja predvsem zadnje omenjen program Ciciban planinec (Pravilnik MK PZS).

2.3 PLANINSTVO V VRTCU

M. Videmšek, P. Berdajs in Karpljuk (2003) izpostavljajo pomen gibalnega razvoja in pravijo, da se v predšolskem obdobju postavijo njegovi temelji, saj je otroški organizem takrat najbolj izpostavljen vplivom okolja. Gibanje človeka spremlja od rojstva do smrti in ima na organizem ves čas pomemben vpliv, zato je treba že pri otroku vzpostaviti pozitiven odnos do gibalnih dejavnosti, ki kasneje prerasejo v trajno vrednoto, pomembno pri ohranjanju zdravja in pri sproščanju psihičnih napetosti. M. Videmšek in M. Visinski (2001) opozarjata, da tisto, kar otrok v zgodnjem otroštvu, ko je najbolj dovzeten za vplive iz okolja, zamudi, težko ali celo ne more nadoknaditi nikoli več, zato je ena izmed pomembnejših nalog vzgojno-izobraževalnih institucij in staršev, da otroke z različnimi dejavnostmi v prostoru in na prostem spodbujajo k spoznavanju in razvijanju gibalnih ter drugih sposobnosti in lastnosti.

»Gibalna dejavnost je eno najpomembnejših področij v otrokovem razvoju. Z ustreznimi gibalnimi dejavnostmi si otrok poleg gibalnih in funkcionalnih sposobnosti razvija tudi spoznavne, socialne in čustvene sposobnosti ter lastnosti. Z različnimi dejavnostmi pridobiva zaupanje v svoje telo in gibalne sposobnosti, si s tem gradi ustrezno predstavo o sebi, se potrjuje in si ustvarja čustveno vez z okoljem. Potreba po gibanju je otrokova primarna potreba in ko obvlada svoje telo, občuti veselje, ugodje, varnost, pridobi občutek samozaupanja in samozavesti« (Videmšek in Visinski, 2001, str. 13).

Gibalne dejavnosti na prostem omogočajo otroku, da ohranja in krepi zdravje, se seznanja s svojim telesom, z vsakdanjim življenjem, s svojo okolico (tudi s prometom), z lepotami narave, z njeno vrednostjo in ravnanjem z njo. Tudi če gibanje velja za eno osnovnih otrokovih potreb, vloga gibalne vzgoje v predšolskem obdobju ni samo zadovoljitev teh potreb, ampak ima kompleksnejše naloge, zajema namreč tudi spoznavno, moralno in estetsko plat pedagoškega učinkovanja in vpliva na razvoj gibalnih, spoznavnih, čustvenih in socialnih komponent otrokove osebnosti ter na odnose med njimi (prav tam).

Zdrav način življenja omogoča otrokom zdravo odraščanje in bolj kakovostno življenje ter jih varuje pred nekaterimi kroničnimi, nenalezljivimi boleznimi. Poleg zdrave prehrane je primerno ter dovolj pogosto izvajanje športnih aktivnosti vodilo k zdravemu življenjskemu slogu, ki se začne oblikovati že v zgodnjem otroštvu, ko na otroka vplivajo dednost, okolje in lastna aktivnost. Otrok večino budnega časa preživi v vrtcu, zato je zelo pomembno, da tam od vzgojiteljev in pomočnikov, doma pa od staršev dobi izkušnje, informacije in zgled zdravega življenjskega sloga in si na podlagi tega oblikuje stališča, navade in vrednote, ki prispevajo k izoblikovanju njegovega lastnega življenjskega sloga (Zajec idr., 2011).

J. Zajec idr. (2010) pišejo, da zdrav življenjski slog vpliva na način dela, preživljanje prostega časa, izbiro krajev za oddih, izbiro prijateljev idr. Če otroci že zgodaj sprejmejo pozitiven odnos do aktivnega življenja, to vpliva na njihovo kasnejše zdravo in normalno življenje, dovolj gibanja in primerna prehrana imata namreč močno povezavo z zdravjem. Povzemajo tudi raziskavo (po Shore, 1997 v Pišot in Planinšec, 2005), ki je pokazala, da je razvoj možganov pogojen z medsebojnim vplivom genske zasnove in količine ter kakovosti ponujenih izkušenj, kar pomeni, da otrok, ki odrašča v spodbudnem okolju, usvojene gibalne programe trajno hrani zapisane v motoričnem spominu. Več kot ima otrok gibalnih spodbud, bogatejše so informacije v njegovem motoričnem spominu in lažje se sooča z novimi gibalnimi izzivi, tako v otroštvu kot tudi v kasnejšem obdobju.

M. Videmšek in Pišot (2007) navajata raznolike oblike športnih dejavnosti, ki se v vrtcu pojavljajo, nekatere vsakodnevno, nekatere večkrat na teden, nekatere pa le enkrat v mesecu ali letu:

- »jutranja gimnastika,
- gibalni odmor,
- vadbena ura,
- gibalna minuta,

- sprehod,
- izlet,
- orientacijski izlet,
- vadba na trim stezi,
- aktivnosti po želji otrok,
- športno dopoldne, športno popoldne,
- tečaj
- letovanje in zimovanje,
- javni nastop« (str. 244).

Sprehodu, izletu in orientacijskemu izletu bi lahko nadeli nadpomenko hoja, ki pa je osnova za planinstvo. Hoja poleg plazenja, lazenja, plezanja, teka, skokov in poskokov itn. spada med naravne oblike gibanja, pri otroku pa se pojavi nekje med devetim in trinajstim mesecem starosti. Sprva je še zelo negotova, a iz dneva v dan postaja zanesljivejša. Prav je, da otroku za razvoj hoje nudimo spodbudno okolje in mu postavljamo takšne izzive, s pomočjo katerih napreduje, saj je ravno hoja tista, ki pozitivno vpliva na otrokov vsestranski razvoj.

2.3.1 VPLIV PLANINSTVA NA OTROKA

Z redno, primerno intenzivno, dovolj pogosto in ustrezno načrtovano gibalno dejavnostjo vplivamo na izboljšanje delovanja srca, pljuč in skeletnega mišičja. K ohranjanju zdravja in varnemu ukvarjanju z gibalnimi oz. športnimi dejavnostmi pomembno prispeva zmerna in ponavljajoča se ritmična gibalno-športna dejavnost velikih mišičnih skupin in udov. Pri tem namreč pride do večje porabe kisika v telesu in do izboljšanja srčno-žilnega sistema, hkrati pa do večje porabe odvečnega vnosa hranil v telo in do zmanjševanja stresa. Za to so pomembne aerobne gibalne aktivnosti, pri katerih zadostuje kisik za vse procese v organizmu (Zajec idr., 2010).

Hoja je najpogostejša in razmeroma nezahtevna oblika gibanja, a ima kljub temu na telesno in psihično počutje posameznika pozitiven vpliv. Pomembno je, da jo redno in vztrajno izvajamo neprekinjeno skozi vse letne čase. Otrok s pomočjo hoje razvija tako motorične kot tudi funkcionalne sposobnosti. Genski dejavniki so v tem procesu odločilni za delovanje živčno-mišičnega sistema, okoljski dejavniki pa vplivajo na motorične izkušnje, tako na predhodne kot na pridobivanje novih. Z načrtovanjem in izvajanjem planinskih pohodov aktiviramo otrokove

genske dejavnike in s tem delujemo na njegov gibalni razvoj. M. Videčnik (2015, po Muhič, 2010, str. 49) navaja: »Z rednim izvajanjem hoje se v otroškem telesu pojavi antropometrijska sprememba – znižuje se gravitacijska točka nog, ker je rast okončin hitrejša kot rast trupa, kar vpliva na boljše ravnotežje. Že v otroštvu in tudi v kasnejših letih pa se pojavi še funkcionalna sprememba – razdalje, ki jih človek premaguje, so vse večje, kar omogoča krepitev srčno-žilnega in dihalnega sistema.«

M. Videmšek in M. Visinski (2001) naštevata naslednje pozitivne učinke hoje na otroka: krepitev mišic nog, trupa, ramenskega obroča, vpliv na pravilno izoblikovanje stopalnega loka, razvijanje sposobnosti ravnotežja in vzdržljivosti, vpliv na delovanje notranjih organov, dihal, prebavil in krvnega obtoka.

Kristan (1993) pa razčleni učinke hoje na pet sklopov, in sicer:

- vpliv hoje na mišičevje in sklepe,
- vpliv hoje na srce, ožilje in dihala,
- vpliv hoje na telesno težo,
- vpliv hoje na gibalne sposobnosti,
- psihološki učinki hoje v naravi.

VPLIV HOJE NA MIŠIČEVJE IN SKLEPE

Mišična masa in vzdržljivost naraščata linearno s starostjo vse do pubertete in sta pri dečkih od zgodnjega otroštva do pubertete za 10 % večja kot pri deklicah. S hojo vplivamo na mišično vzdržljivost, mišično moč in na razvoj normalnega mišičnega tonusa pri otroku. Pri hoji sodelujejo fazične mišice, ki so pomembne predvsem za aktivacijo faze koraka, in tonične mišice, ki so pomembne za stabilizacijo trupa med hojo in na njo posredno vplivajo (Kisner in Colby, 2007).

Kristan (1993) pravi, da je, med tem ko človek hodi, aktivnih kar 54 večjih in manjših mišic, od tega najbolj delujejo mišične skupine nog in medeničnega obroča. Za večjo stimulacijo mišic trupa, rok in ramenskega obroča je priporočljiva uporaba palic. S počasno ali srednje hitro hojo po ravnem človek ohranja zmogljivost aktivnih mišic, s hitro hojo ali hojo v vzpetem svetu pa se te mišice krepijo, saj so zaradi večje obremenitve veliko bolj prekrvavljene, kar vodi do večje prisotnosti kisika v krvi, ki pa poživlja mišične celice in vpliva na tvorbo novih mišičnih vlaken. Mišice pri takšni vrsti hoje počasi tudi spremenijo svojo strukturo: mišični tonus in fiziološki

mišični presek se povečata in mišice postanejo čvrstejše, kar človeku pomaga pri premagovanju različnih naporov. Mišiče pozitivno delujejo tudi na druge organske sisteme.

Hoja pripomore k utrjevanju sklepnih vezi, sploh pri spodnjih okončinah, in pripomore k boljšemu sklepnemu hrustancu, gibanje namreč spodbuja notranje stene sklepnih ovojnic, da izločajo skleпно mazilo, ki s svojimi hranilnimi snovmi predstavlja hrano hrustancu. Pri hoji so sklepi veliko manj obremenjeni kot pri teku, je pa pri hoji sestopanje bolj škodljivo kot vzpenjanje (Kristan, 1993).

VPLIV HOJE NA SRCE, OŽILJE IN DIHALA

Pri otrocih se srce še razvija (v prvih dveh letih svojo težo podvoji) in pri naporih je obremenitev srca zelo velika, kar se kaže v zelo hitro povišani srčni frekvenci, ki se potem tudi zelo hitro zniža. Število udarcev srca na minuto v prvih sedmih letih pade s povprečno 130 na 90 (Videmšek in Pišot, 2007).

Ustrezen telesni napor vpliva na krepitev srčne mišice, kar posledično vpliva na njegovo bolj ekonomično ravnanje. Srčni utrip se ne poveča močno že ob najmanjšem naporu, število utripov se zmanjša, vendar pa se poveča količina iztisnjene krvi v eni minuti (minutni srčni volumen), s čimer postane prehrana tkiv veliko boljše in srce odpornejše. Trajna telesna aktivnost preprečuje bolezni srca in ožilja ter pripomore k daljšemu življenju, zato je gibanje pomembno tako za preventivno kot tudi za rehabilitacijsko skrb za srce. Hojo v gore štejemo med dejavnosti, s katerimi dosežemo večjo aerobno zmogljivost in je učinkovita vadba za srce in ožilje (Kristan, 1993).

Tudi dihalna se pri otrocih še razvijajo, sploh pljuča, ki so slabše raztegljiva, dihalne poti pa so ožje (Videmšek in Pišot, 2007). Pri hoji, sploh v vzpetem svetu, se poveča frekvenca vdihov in globina dihanja, saj organizem pri telesnem naporu potrebuje več kisika. Prsni koš se začne širiti, kar ohranja njegovo elastičnost in gibljivost, to pa vpliva na večjo količino kisika v organizmu (Kristan 1993).

VPLIV HOJE NA TELESNO TEŽO

Raziskave kažejo, da na povečanje ogroženosti za nastanek in razvijanje mnogih bolezni v odraslosti (npr. bolezni srca in ožilja, sladkorna bolezen tipa II in druge) vpliva stalna debelost v otroštvu. Več kot polovica debelostnikov, zajetih v raziskavo znotraj centra za zdravljenje debelosti, v otroštvu ni bila gibalno aktivna, prav tako pa ni imela spodbudnega gibalnega

okolja. Iz tega lahko izpeljemo dejstvo, da ima približanje skrbi za zdravje in zavedanje pomena gibanja in zdrave prehrane zelo pomembno vlogo pri zdravstvenem stanju ljudi (Zajec idr., 2010, po Videmšek, Štihec, Karpljuk, Starman, 2008).

Prekomerna telesna teža človeku prinaša veliko negativnih posledic, kot so večja podvrženost boleznim srca in ožilja, zvišan krvni pritisk, pogostejše obolenje za sladkorno boleznijo, za boleznimi jeter, žolčnika in žolčnih poti, pogostejše pojavljanje krčnih žil in poškodb ali obrab kolkov, kolen in hrbtenice itn. S hojo pa lahko preprečimo pojavljanje prekomerne telesne teže ali pa jo uporabimo kot orožje proti nabiranju kilogramov. Pri dlje časa trajajoči aktivnosti, za opravljanje katere telo potrebuje energijo, le-to črpa namreč iz zaloge maščob, shranjenih pod kožo, za krajše telesne napore pa porabi glikogen, ki je shranjen v mišičevju in jetrih. Več kot človek hodi, več maščob torej pokuri, sploh če je hoja hitra in v vzpetem svetu (Kristan, 1993).

VPLIV HOJE NA GIBALNE SPOSOBNOSTI

»Gibalne sposobnosti so zmožnosti, ki posamezniku omogočajo realizacijo gibalnih nalog« (Videmšek in Pišot, 2007, str. 71). Poznamo šest gibalnih sposobnosti, in sicer koordinacija, ravnotežje, moč, hitrost, gibljivost in preciznost. Vzdržljivost, ki je funkcionalna sposobnost, pa ima prav tako posebno vlogo pri gibalni učinkovitosti (Videmšek in Pišot, 2007).

Muhič (2008) je v raziskavi ugotavljal, kašen vpliv ima načrtovana, organizirana in vodena hoja na razvoj nekaterih motoričnih sposobnosti predšolskih otrok. Na podlagi rezultatov osmih testov podaja zaključek, da s hojo pomembno vplivamo na razvoj otrokove vzdržljivosti in koordinacije.

»**Koordinacija** je sposobnost za smotrno in harmonično uskladitev gibov v prostoru in času« (Cemič, 2011, str. 36). Gre za usklajevanje gibov celega telesa, na kar vplivajo vsa neavtomatizirana gibanja in tudi že avtomatizirana gibanja, izvajana v nepoznanih okoliščinah. Hoja torej vpliva na razvoj koordinacije, vse dokler je organizem ne začne izvajati avtomatizirano ali pa takrat, ko teren postane zahtevnejši, ko je pot slabša in ko je treba vsak korak prilagoditi oviram na poti (koreninam, kamenju, skalam) (Kristan, 1993).

A. Cemič (2011) navaja posledice slabega razvoja koordinacije oz. lastnosti otrok, ki imajo zmanjšane koordinacijske sposobnosti, in sicer so ti otroci nespretni, nerodni, negotovi, ves čas iščejo pomoč, nova gibanja usvajajo počasi in se slabo znajdejo v gibalnih situacijah, kar na razvoj vpliva zaviralno.

»**Ravnotežje** je sposobnost za uravnavanje želenega položaja telesa v mirovanju in gibanju« (Cemič, 2011, str. 38). Razvoj ravnotežja je zelo občutljiv in sestavljen proces, saj nanj delujejo vestibularni aparat, vratni in drugi proprioceptorji, vid in drugi eksteroreceptorji, živčni sistem in motorično reagiranje (Cemič, 2011). Hoja po neravnih tleh, skalah, ozkih stezah organizmu predstavlja kar nekaj motečih dejavnikov, s pomočjo katerih oblikuje kompenzacijske gibe, ki ohranjajo njegovo stabilnost (Kristan, 1993).

»**Moč** je sposobnost za učinkovito delovanje proti silam, ki nastanejo zaradi gibanja ali zaradi želje po ohranitvi položaja telesa, z uporabo sile mišic« (Cemič, 2011, str. 43). Pojavlja se v treh oblikah, in sicer eksplozivna, repetitivna in statična moč. Pri eksplozivni moči gre za kratkotrajno, a maksimalno delovanje mišic, česar s hojo ne razvijamo ali ne vplivamo na njo. Lastnost statične moči je, da z njo premagujemo velike zunanje sile, kar lahko pri hoji razvijamo npr. z nošenjem težkega nahrbtnika v strmino, pri čemer mišice nog in medeničnega obroča premagujejo zelo veliko silo. S hojo najbolj vplivamo na repetitivno moč, pri kateri gre za daljše premagovanje sil oz. za ponavljajoča se enostavna gibanja. Izlet je tako idealna vaja za ohranjanje in razvijanje vzdržljivostne moči mišic (Kristan, 1993).

»**Hitrost** je sposobnost za hitro izvajanje enostavnih gibalnih nalog« (Cemič, 2011, str. 45). Ker pri hoji v naravi ne izvajamo hitrih gibov, z njo ne prispevamo k razvijanju ali ohranjanju te gibalne sposobnosti. Vsekakor pa lahko pri otrocih vidimo napredek v hitrosti hoje, saj pride hitrost do izraza šele pri naučenih gibih. Torej bolj kot hoja postaja avtomatizirana, hitreje jo lahko otroci izvajajo.

»**Gibljičnost** je sposobnost izvajanja gibov z veliko amplitudo« (Cemič, 2011, str. 49). Gibljičnost je tudi edina gibalna sposobnost, ki z leti upada, kar pomeni, da je otrok v predšolskem obdobju skoraj maksimalno gibljičen, zato je ni treba še bolj razvijati, vsekakor pa je dobro, da jo ohranjamo. Hoja je aktivnost, s katero pripomoremo ravno k ohranjanju te motorične sposobnosti, ne more pa prispevati k njenemu razvoju, saj pri hoji ne izvajamo gibov z veliko amplitudo.

»**Preciznost** je natančna določitev smeri in intenzivnosti gibanja« (Cemič, 2011, str. 47). Ker pri sami hoji ne ciljamo, se ne osredotočamo na natančno zadevanje nečesa, tudi z njo ne razvijamo oz. ohranjamo te motorične sposobnosti.

»**Vzdržljivost** je funkcionalna sposobnost organizma za daljše izvajanje kateregakoli gibanja z nezmanjšano učinkovitostjo« (Cemič, 2011, str. 51). Ravno s hojo v gore zelo učinkovito vplivamo na razvoj in ohranjanje vzdržljivosti.

PSIHOLOŠKI UČINKI HOJE V NARAVI

S hojo poskrbimo, da kri hitreje teče po žilah in s kisikom oskrbuje vse celice v telesu, kar človeka poživi in vpliva na njegovo počutje, razpoloženje in duševnost. Narava človeka pomirja, čustveno bogati in sprošča, kar še dodatno vpliva na stanje njegove duševnosti. Velikokrat ima na človeka psihoterapevtski učinek, spodbuja pa tudi intelektualni in ustvarjalni proces. Vsi, ki so zmogli na hrib ali premagali neko pot, so dosegli zadani cilj, kar pri človeku vpliva na samozaupanje in na pozitivno oblikovano samopodobo.

Hoja torej pomembno vpliva na organizem in je ne gre zanemariti. Spodbudimo jo lahko z organizacijo planinskih dejavnosti, ki pa imajo še širši vpliv na otroka. Kristan (1993) namreč navaja tudi štiri pomembna področja, na katera posega navajanje otrok na planinstvo:

- **Izobrazba in vzgoja**

Avtor opozarja, da izleta ne smemo zožiti le na hojo, ampak moramo upoštevati kognitivne, emocionalne in socializacijske razsežnosti, ki so nam na izletu ponujene. Vsekakor ima izobrazba na terenu veliko večjo vrednost kot pa listanje knjig in gledanje videoposnetkov. Otroci lahko v naravi vidijo in čutijo različne vrste dreves, različno vreme, kamnine, cvetje itn. Raziskujejo lahko naravo in nenazadnje tudi svoje telo, npr. kako dihajo, kako bije srce, kakšna je temperatura telesa, potreba po tekočini, zakaj sedenje na mrzlih in mokrih tleh ni dobro. Seznanijo se z ustreznimi oblačili in obuvali, s tehniko gibanja v gorskem svetu, z varstvom narave, ekologijo. Sama vzgoja je lahko na izletu zaradi pristnejših odnosov, ki vladajo med otroki in tudi med vzgojitelji ter otroki, veliko bolj učinkovita. Otroci se učijo medsebojnih odnosov (medsebojne pomoči in poštenega odnosa do drugih).

- **Varstvo okolja in ekološka ozaveščenost**

Na izletu otroke opozarjamo na značilnosti narave, na lepoto ter s tem poskušamo pri njih izoblikovati estetsko doživljanje narave. Odpiramo teme o ekoloških vprašanjih, skrbimo za naravovarstveno ozaveščenost ter pri njih vzbudimo čut za čustven in kulturnen odnos do narave, ki velja za priznano vrednoto v kulturi.

- **Športna kultura**

Planinstvo je dejavnost, ki jo je mogoče izvajati v vseh obdobjih življenja in navajanje otrok na izlete, pohode ter na preživljanje časa v naravi v veliki meri prispeva k oblikovanju njihove športne kulture. Gibanje na svežem zraku pa je za harmoničen razvoj nujno potrebno.

- **Športni turizem**

Planinstvo na organizem vpliva blagodejno in sprostitveno. Pomembna vzgojna naloga je, da otroke naučimo, da bodo v kasnejšem obdobju zahajali v naravo, iskali v njej sprostitvev.

2.3.2 PLANINSTVO V KURIKULUMU

Kurikulum za vrtce je nacionalni dokument, ki ga je leta 1999 sprejel Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje. Vzgojiteljem predstavlja strokovno podlago za njihovo delo, pri čemer spoštuje tradicijo slovenskih vrtcev, a vseeno dopolnjuje, spreminja in nadgrajuje dosedanje delo na podlagi novejših teoretskih pogledov in iz njih izpeljanih rešitev ter pristopov. Poudarja pomembnost otrokovih izkušenj in samega procesa predšolske vzgoje, saj otrok dojema svet celostno in se najlažje uči, ko je aktivno vpet v svoje socialno in fizično okolje, pri interakciji z vrstniki in odraslimi pa razvija socialne sposobnosti in svoj jaz. Navedeni so primeri dejavnosti za šest področij, in sicer gibanje, jezik, umetnost, družba, narava in matematika, ki jim okvir predstavljajo cilji, izpeljani iz globalnih ciljev za posamezno področje. Ti pa utemeljujejo splošne cilje Kurikuluma in načela, izpeljana iz njih, ter upoštevajo temeljna znanja o otrokovemu razvoju in učenju v predšolskem obdobju (Kurikulum, 1999).

Potreba po gibanju je poleg potrebe po igri primarna otrokova potreba. V prvih letih življenja je v ospredju gibalni razvoj, ki poteka od preprostejših oblik gibanja, med katere sodi tudi hoja, do sestavljenih oblik gibanja in zahtevnejših športnih dejavnosti. Kurikulum za vrtce na področju gibanja za prvo starostno obdobje med primeri dejavnosti predlaga hojo v naravi oz. sprehode v bližnji okolici, za drugo starostno obdobje pa poleg tega še orientacijske izlete in sprehode v daljno okolico oz. izlete, pri katerih otrokov napor presega njegovo vsakodnevno obremenitev (Kurikulum, 1999).

V navedenih primerih lahko prepoznamo dejavnosti, povezane s planinstvom (izleti, orientacijski izleti, tabori, zimovanja), ki vodijo k doseganju naslednjih ciljev na področju gibanja:

- »razvijanje koordinacije oziroma skladnosti gibanja (koordinacija gibanja celega telesa, rok in nog), ravnotežje;
- povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora;
- razvijanje moči, vztrajnosti;
- sproščeno izvajanje naravnih oblik gibanja;
- usvajanje osnovnih gibalnih konceptov: zavedanje prostora (kje se telo giblje), načina (kako se telo giblje), spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi ter med ljudmi;
- iskanje lastne poti pri reševanju problemov;
- spoznavanje zimskih dejavnosti;
- spoznavanje različnih športnih pripomočkov, njihovo poimenovanje in uporaba;
- spoznavanje osnovnih načel osebne higiene;
- spoznavanje oblačil in obutve, ki so primerni za gibalne dejavnosti;
- spoznavanje vloge narave in čistega okolja v povezavi z gibanjem v naravi;
- spoznavanje osnovnih varnostnih ukrepov, ki so potrebni pri izvajanju gibalnih dejavnosti, ter ozaveščanje skrbi za lastno varnost in varnost drugih« (Kurikulum, 1999, str. 26, 27).

Ti cilji izhajajo iz globalnih ciljev, ki so oblikovani za področje gibanja:

- »omogočanje in spodbujanje gibalne dejavnosti otrok;
- zavedanje lastnega telesa in doživljanje ugodja v gibanju;
- omogočanje otrokom, da spoznajo svoje gibalne sposobnosti;
- pridobivanje zaupanja v svoje telo in gibalne sposobnosti;
- usvajanje osnovnih gibalnih konceptov;
- postopno spoznavanje in usvajanje osnovnih prvin različnih športnih zvrsti;
- spoznavanje pomena sodelovanja ter spoštovanja in upoštevanja različnosti« (Kurikulum, 1999, str. 26).

Planinstvo ponuja takšne aktivnosti, ki jih lahko vzgojitelj z malo izvirnosti in ustvarjalnosti poveže z vsemi ostalimi področji iz kurikuluma, kar sami dejavnosti poda večjo vrednost in ji pomaga, da se povzpne na višji nivo, hkrati pa izpolni načelo horizontalne povezanosti.

V Kurikulumu so med zakonitostmi otrokovega razvoja omenjena kritična obdobja, kar pomeni, da v razvoju obstajajo obdobja, v katerih je učenje oz. pridobivanje nekih spretnosti najbolj učinkovito.

Za kakovostno in varno izvajanje planinskih dejavnosti, sploh v kasnejšem obdobju (npr. zahtevnejši izlet, turno smučanje, orientacijska tekmovanja), je pomembno, da otroci pridobijo teoretično znanje iz Planinske šole. Tega vsekakor ni mogoče pridobiti na enem izletu ali pred njim, ampak je znanje sad načrtnega, sistematičnega in večletnega dela (Ažman idr. 2001).

Kristan (1993) kot napotek vsem, ki vodijo otroke v naravo, navaja Ciglarjevo misel: »Ljudje odhajajo večidel v gore iz lastnega nagiba po doživljanju narave, ki pa ne more biti popolno brez razumevanja njenih zakonitosti /.../. Za to doživljanje narave potrebujem nekaj znanja o njej, o geološki zgradbi, rastlinstvu, živalstvu, zgodovini, različnih znamenitosti itn.« (str. 61). Pravi, da močno doživljanje vodi do intimnega približanja gora, ključ do doživljanja pa je ustrezno znanje, ki torej posredno ustvarja ljubitelje narave in še posebej gora.

Z načrtnim in sistematičnim učenjem planinske teorije lahko začnemo že pri predšolskih otrocih. Pri tem je pomembno, da izbor teme in način predavanja znanja prilagodimo starosti otrok in upoštevamo, da je njihova osnovna dejavnost igra. Torej skušamo teoretične vsebine, kot so npr. priprava na izlet, spoznavanje markacije, spoznavanje gorskih rastlin in živali, spoznavanje planinske opreme itd. otrokom predati na igriv in zanimiv način. Nezavedno bodo tako usvojili določene pojme, navade, spoznali stvari, ki jim bodo kasneje v pomoč pri varnejšem obisku gora in pri večjem spoštovanju narave.

2.3.3 PLANINSTVO KOT OBOGATITVENA DEJAVNOST

Vrtec lahko otrokom ponudi planinske vsebine kot obogatitveno dejavnost, kar pomeni, da znotraj vzgojno-izobraževalnega procesa ponudi otrokom neko dejavnost, ki obogati njihov vrtčevski vsakdan. Obstajata dva programa, ki ju lahko vzgojitelji v skupini izvajajo kot obogatitveno dejavnost, in sicer sta to Ciciban planinec in Mali sonček.

2.3.3.1 CICIBAN PLANINEC

Planinska zveza Slovenije je leta 1975 uvedla akciji Ciciban planinec in Mladi planinec »z namenom, da bi mlade planince usmerjala k zdravemu življenju v naravi, jih seznanila z osnovami planinske dejavnosti ter varnostnimi ukrepi v gorah, ob tem pa razvijala vrline, kot so tovarištvo, poštenost, plemenitost, delavnost, vztrajnost in vedoželjnost« (Kovšca idr, 2011, str. 1). Akcija več kot desetletje ni šla v korak z napredkom in spremembami pri delu z mladimi,

sodelovanje in predvsem podeljevanje znakov je začelo upadati, prav tako je začelo upadati članstvo med mladimi, kar je bil povod za korenito spremembo akcije, ki je trajala od leta 2008 do leta 2010, ko so izšli dnevnik z novo podobo in z novo vsebino.

Program Ciciban planinec otrokom predstavlja celovitost planinstva in prispeva h gradnji temeljev za bodočega varnega samostojnega obiskovalca gora, pripadnika Planinski zvezi Slovenije, ki bo znal gibanje v naravi v vseh vremenskih razmerah polno doživeti. Vključuje oz. priporoča starostno prilagojene vsebine iz Planinske šole in v navodilih opisuje minimalno raven znanja in usposobljenost, ki naj bi jo otrok dosegel skozi celoten proces ter potem nadaljeval svoj planinski učni proces v programu Mladi planinec. Program, pri katerem otrok prejme dnevnik Ciciban planinec, je razdeljen na tri dele; članskega, tekmovalnega in spominskega, lahko pa ga izvajajo vzgojno-izobraževalne inštitucije, društva ali družine. Članski del je namenjen podatkom otroka, ki so potrebni za včlanitev v društvo in vsebuje prostor za člansko nalepko. V spominskem delu je prostor namenjen beleženju vseh dodatnih planinskih aktivnosti, ki niso zajete v osrednjem tekmovalnem delu. Le-ta je sestavljen iz štirih stopenj in je podkrepjen z dodatnimi motivacijskimi sredstvi, ki si jih otroci zaslužijo, ko končajo posamezni del:

- »Za nalepko markacije udeleženci opravijo štiri (4) izlete.
- Za nalepko Gorskega apolona udeleženci opravijo štiri (4) dodatne izlete.
- Za nalepko Clusijevega svišča udeleženci opravijo štiri (4) dodatne izlete.
- Za skupno s predhodnimi opravljenih šestnajst (16) izletov prejmejo udeleženci knjižico Ciciban v gorah, spominsko diplomo in začetni dnevnik Mladega planinca« (Pravilnik Ciciban planinec in Mladi planinec, str. 17).

Z napredovanjem po stopnjah otroci nadgrajujejo svoje znanje iz prejšnje stopnje. Za usvojitve določene stopnje je treba organizirati raznolike izlete v vseh letnih časih. Otroci se skozi kontinuiran, zanimiv in igriv proces učijo in nadgrajujejo svoje planinsko znanje, si pridobijo veselje do gibanja in bolj zdravega načina življenja ter širijo svoja obzorja (Kovšca idr. 2011).

Poleg akcije Ciciban planinec pa vzgojitelje pri organizaciji planinskih vsebin v vrtcu spodbuja tudi program Mali sonček.

2.3.3.2 MALI SONČEK

Program Mali sonček se je razvil iz podobnih programov, ki sta prej spodbujala gibanje v predšolskem obdobju, in sicer je bil na tem področju leta 1976 uveden program Športna značka,

ki se je leta 1997 prenovil in posodobil v program Zlati sonček. Leta 2012 je v veljavo vstopil posodobljen, prenovljen in razširjen program Mali sonček, ki je namenjen otrokom od 2. do 6. leta starosti in deluje na štirih stopnjah, ki so med seboj vsebinsko povezane in se dopolnjujejo ter nadgrajujejo:

- Mali sonček – modri, namenjen otrokom od 2. do 3. leta, vsebuje 8 nalog;
- Mali sonček – zeleni, namenjen otrokom od 3. do 4. leta, vsebuje 8 nalog;
- Mali sonček – oranžni, namenjen otrokom od 4. do 5. leta, vsebuje 8 nalog;
- Mali sonček – rumeni, namenjen otrokom od 5. do 6. leta, vsebuje 8 nalog (Videmšek idr. 2012a).

Na vsaki stopnji je ena izmed nalog, za katero otroci prejmejo nalepko, povezana s planinstvom. Program na tem področju spodbuja izlete v vseh letnih časih in v vsakem vremenu, spodbuja njihovo pestrost in raznolikost, predpostavlja, da morajo otroci na izletih uživati, in priporoča različne aktivnosti, izvedene skozi igro, npr. iskanje skritega zaklada, nočne izlete, ki poskrbijo za še večjo doživljajsko noto, ki v otroke vliva potrebo in željo po aktivnosti in po zdravem načinu življenja v vseh starostnih obdobjih. Poudarja, da je ves čas pomembna pot, ne pa cilj (prav tam).

- MODRI PLANINEC

Za pridobitev nalepke »Modri planinec« mora otrok opraviti dva daljša sprehoda, npr. v okolici vrtca, in dva izleta v rahlo vzpeti svet, če je le možno izven kraja vrtca, pri čemer je priporočljivo, da bivanje na zraku zajema dve uri, od tega pa naj bi bilo hoje za približno 30 minut. Ko otrok opravi vse štiri izlete, prejme nalepko, ki jo prilepi v knjižico k modremu planincu, na podlagi te nalepke pa lahko otroci, vključeni v program Ciciban planinec, prejmejo nalepko markacije (prav tam).

- ZELENI PLANINEC

Za pridobitev nalepke pri Zelenemu planincu mora otrok opraviti tri izlete in en orientacijski pohod. Priporočljivo je, da gre pri izletu za triurno bivanje na zraku, od česar je ena ura namenjena hoji. Če gre za vzpeti svet, pa naj bi bilo hoje do vrha z vmesnimi postanki pol ure. Pri orientacijskem izletu je priporočljivo, da otroci hodijo po neki označeni poti (npr. Škratkova pot) in vmes opravljajo naloge, bodisi gibalne bodisi naloge z drugih področij Kurikuluma (npr.

petje pesmi). S pridobitvijo nalepke za zelenega planinca lahko otroci, vključeni v program Ciciban planinec, pridobijo nalepko Gorskega apolona (prav tam).

- ORANŽNI PLANINEC

Za nalepko pri okencu Oranžnega planinca mora otrok prav tako opraviti tri izlete in en orientacijski pohod, s tem da je priporočljivo, da v okviru triurnega bivanja na zraku sama hoja po ravnem traja uro in pol, hoja v vzpeti svet pa od vznožja do vrha z vmesnimi postanki približno 45 minut. Orientacijski pohod naj bi vseboval naloge z različnih področij, do katerih morajo otroci najti pot na igriv način. Na podlagi te nalepke lahko otroci, vključeni v program Ciciban planinec, prejmejo nalepko Clusijevega svišča (prav tam).

- RUMENI PLANINEC

Pri rumenemu planincu mora otrok opraviti štiri izlete in en orientacijski pohod, pri katerem iščejo pravo pot in izpolnjujejo naloge z različnih področij. Pri izletih je priporočljivo, da so otroci na zraku tri ure, od tega pa po ravnem z vmesnimi postanki hodijo uro in pol do dve uri, v vzpeti svet pa hodijo eno uro skupaj z vmesnimi postanki (prav tam).

Pri nalogah v vseh starostnih obdobjih je poskrbljeno, da se izpolni enega izmed pomembnih ciljev programa, in sicer da bi k aktivnemu sodelovanju pri programu spodbudili tudi starše. Zato je pri Modrem in Zelenem planincu predvideno, da otroci en izlet opravijo skupaj s starši, enega pa vrtec organizira za starše in otroke, med tem ko pri rumenem in oranžnem planincu daje možnost izbire, ali bodo dva izleta izvedli starši ali pa vrtec (prav tam).

Program Mali sonček lahko znotraj vrtcev, društev in klubov izvajajo le usposobljeni strokovni delavci, npr. vzgojitelji, profesorji športne vzgoje in drugi strokovni delavci v športu, ki imajo pridobljeno usposobljenost za delo v predšolskem obdobju. Na področju planinstva program podpira izvajanje izletov v sodelovanju s planinskimi in športnimi društvi, klubi in drugimi organizacijami, saj je eden izmed ciljev tudi »spodbuditi športna društva, klube, zveze, zasebne športne delavce in druge k sistematičnemu delu in celostnemu pristopu pri podajanju gibalnih/športnih vsebin predšolskim otrokom« (Videmšek idr., 2012b, str. 4).

Oba programa za doseg določenih ciljev otroke nagrajujeta z nalepkami, kar lahko razumemo kot neke vrste tekmovanje. V programu Ciciban planinec je osrednji del tudi neposrečeno poimenovan tekmovalni del. V predšolskem obdobju je treba slediti načelu netekmovalnosti, saj lahko vsebine, ki spodbujajo tekmovanje med otroki, nanje vplivajo zaviralno. Otroci, ki so

večkrat poraženi, se namreč lahko začnejo izogibati dejavnostim, pri katerih večkrat doživljajo poraze, to pa lahko vodi do travm. Če se otroci že v predšolskem obdobju zaradi neuspehov začnejo izogibati gibalnim dejavnostim, lahko to vodi do njihovega nezdravega življenjskega sloga in do nezadovoljstva s samim sabo. Zato je treba zgoraj naštete dejavnosti načrtovati tako, da ne spodbujajo nezdrave tekmovalnosti med otroki, ampak morajo biti zastavljene tako, da vsak otrok pri usvojenem cilju doživi uspeh.

2.3.4 PREDNOSTI ORGANIZACIJE PLANINSKIH VSEBIN

Organizacija planinskih vsebin v vrtcu ima glede na nekatere druge športne dejavnosti mnoge prednosti. Kristan (1993) našteva naslednje prednosti hoje:

- najcenejša športna dejavnost;
- na prostem se lahko izvaja v vseh letnih časih;
- primerna je za izvajanje v vseh starostnih obdobjih;
- je enostavna dejavnost, pri kateri posebna tehnična znanja niso nujno potrebna;
- za izvajanje ne potrebujemo posebnih športnih objektov, uporabimo lahko naravne danosti.

M. Videmšek in Pišot (2007) pravita, da je prednost izletov v tem, da njihova organizacija vrtcu ne predstavlja posebnih finančnih obremenitev, otroci pa čas preživijo na svežem zraku v naravi, stran od mestnega vrveža in sodobne tehnologije.

2.3.5 VLOGA VZGOJITELJA PRI IZVAJANJU PLANINSKIH VSEBIN V VRTCU

Vzgojitelj v vrtcu z vzgojno-izobraževalnim načrtovanjem ustvarja ustrezne pogoje za kakovosten otrokov razvoj in za kakovost njegovega življenja. Na vzgojiteljevo načrtovanje vzgojno-izobraževalnega procesa vpliva njegovo razumevanje otrok, vzgoje, učenja in poučevanja ter »starostna in razvojna stopnja otrok, ki so vključeni v vzgojno-izobraževalni proces, globalni strateški cilji posameznih starostnih stopenj otrok, stopnja demokratizacije družbe ter zaupanje nadrejenih v njegovo avtonomnost in strokovnost« (Lipičnik Vodopivec in Hmelak, 2016, po Kroflič 2011, str. 44).

Med različne dejavnike, ki vplivajo na kakovost vrtca kot institucije in posledično na kakovost otrokovega razvoja, štejemo tudi vzgojiteljevo kompetentnost. Kompetenca je sposobnost oz. zmožnost posameznika, sestavljena iz treh dimenzij, in sicer znanja, spretnosti in angleško »attitudes«, kar širše pomeni iz drže, odnosa, pogleda, vidika, mišljenja, stališča, mnenja, stanja duha itd. Kompetentnost vzgojitelja se močno povezuje z njegovimi stališči, vrednotami, pričakovanji in samopodobo (Zore, 2014).

Kompetenca je eno od vodil, ki vzgojitelja usmerja pri delu. Sklepamo lahko, da če vzgojitelj pozna razvojne značilnosti otrok, če ima znanje s področja planinstva in pozna pozitivne učinke hoje na otroka in jim pripisuje velik pomen, poleg tega pa ima pozitiven odnos do gibanja v naravi, ki zanj predstavlja pomembno vrednoto, ga bo to vodilo k pogostejšemu izvajanju izletov v naravo. To so potrdile tudi nekatere raziskave.

M. Kogovšek (2012) je v raziskavi ugotovila, da tisti vzgojitelji, ki sami v naravo zahajajo pogosteje, tudi naravoslovne športne aktivnosti izvajajo pogosteje, poleg tega pa se pohodov v naravo poslužujejo predvsem v drugem starostnem obdobju.

Vzgojiteljem avtonomnost v procesno-razvojno naravnem kurikulumu omogoča svobodo pri izboru vsebin, s katerimi dosegajo cilje. Na to, kako kakovostne in kakšne vsebine bodo načrtovali in izvajali, ali bodo le-te pestre in raznolike ali pa skope, vplivajo njihovo izobraževanje, razumevanje otrokovega razvoja, čustveno sprejemanje formalnega kurikula, lokalni pogoji in kultura. Torej njihova implicitno in eksplicitno izražena stališča, vrednote in navade, ki jih imenujemo tudi subjektivne teorije, te pa vzgojitelji pridobijo in izoblikujejo na podlagi reflektivnega vedenja skozi proces vzgoje in izobraževanja ter kasneje skozi izkušnje v praksi (Batistič Zorec, 2004).

J. Zajec idr. (2011) povzemajo raziskave in pravijo, da obstajajo povezave med subjektivnimi teorijami vzgojiteljev in njihovo usmerjenostjo poučevanja in dela v vrtcu. Subjektivne teorije ne pridejo do izraza le v situacijah, ko je treba hitro odreagirati in največkrat vzgojitelj nima časa razmišljati o argumentih (reakcija pa je na osnovi vrednot in navad avtomatična in rutinska), ampak avtonomnost, ki jo vzgojitelju zagotavlja kurikulum, vpliva tudi na pestrost in kakovost vzgojno-izobraževalnih vsebin. Pri povezavi med področjem gibanja in subjektivno teorijo sta pomembni dve dejstvi, in sicer da na izoblikovanje subjektivne teorije poleg znanja in okolja vpliva tudi vzgojiteljev življenjski slog in da tudi na izbiro samega življenjskega sloga vplivajo subjektivne teorije. Življenjski slog vzgojitelja pa pomembno prispeva k načrtovanju gibalnih dejavnosti v vrtcu. Raziskave so pokazale, da vzgojitelji z zdravim življenjskim slogom (z urejeno prehrano in stalno gibalno dejavnostjo) pogosteje izvajajo gibalne dejavnosti z otroki v vrtcu.

Ker raziskav o tem, zakaj v nekaterih vrtcih bolj in drugih manj pogosto izvajajo tako teoretične kot tudi praktične planinske vsebine, še ni, želimo ugotoviti, kakšen vpliv ima vzgojiteljevo mnenje o planinstvu, vodstvo vrtca in geografska lega vrtca na pogostost izvajanja planinstva.

Raziskav o razlikah v pogostosti in vrstah izvajanja planinskih aktivnosti med prvim in drugim starostnim obdobjem med sodobnimi dostopnimi raziskavami nismo našli, zato želimo ugotoviti, kakšne so razlike v izvajanju teoretičnih in praktičnih planinskih vsebin v vrtcu v obeh starostnih obdobjih in ali vzgojitelji sledijo ciljem oz. priporočilom kurikulumuma ter izkoristijo otrokova kritična obdobja za usvajanje planinskih vsebin.

V diplomskem delu bomo zato raziskovali, ali obstajajo razlike v pogostosti in vrstah planinskih aktivnosti med prvim in drugim starostnim obdobjem in kateri dejavniki vzpodbujajo, zavirajo oz. usmerjajo vzgojitelja pri izvajanju tako teoretičnih kot tudi praktičnih planinskih vsebin v vrtcu.

3 CILJI

V skladu s problemom raziskave smo si zastavili naslednje cilje:

- Analizirati razlike v pogostosti in vrstah planinskih aktivnosti med prvim in drugim starostnim obdobjem.
- Analizirati pomen izbranih vidikov (geografska lega, vodstvo vrtca, mnenja vzgojiteljev) na pogostost izvajanja planinskih vsebin v vrtcih.

4 HIPOTEZE

V skladu s ciljema raziskave smo oblikovali naslednje hipoteze:

- H1: Predvidevamo, da bodo otroci iz drugega starostnega obdobja pogosteje deležni teoretičnih planinskih vsebin kot otroci iz prvega starostnega obdobja.
- H2: Predvidevamo, da bodo tisti vzgojitelji, ki opravljajo delo v vrtcih, zgrajenih v okolju, ki jim omogoča hojo v hrib brez predhodne vožnje do vznožja, pogosteje izvajali praktične in teoretične planinske vsebine.
- H3: Predvidevamo, da na pogostost izvajanja planinskih vsebin v vrtcu pomembno vplivajo dejavniki okolja, kjer se vrtec nahaja, mnenje vzgojitelja in podpora vodstva.

Hipoteze smo potrjevali in zavračali s 5-odstotnim tveganjem ($p \leq 0,05$).

5 METODE DELA

5.1 METODA

V diplomskem delu smo uporabili kavzalno neeksperimentalno metodo pedagoškega raziskovanja.

5.2 VZOREC

Vzorec raziskave zajema 48 vzgojiteljev, od tega jih polovica opravlja službo v vrtcih, ki imajo v radiju treh kilometrov primeren hrib, na katerega se lahko otroci povzpnejo z izhodiščem iz vrtca (12 vzgojiteljev prvega starostnega obdobja in 12 vzgojiteljev drugega starostnega obdobja), polovica pa opravlja službo v vrtcih, ki tega pogoja ne izpolnjujejo (12 vzgojiteljev prvega starostnega obdobja in 12 vzgojiteljev drugega starostnega obdobja).

5.3 SPREMENLJIVKE

Anketa je vsebovala vprašanja in trditve o pogostosti izvajanja planinskih vsebin v vrtcu, o mnenju vzgojiteljev o vplivu planinstva za otroke in o podpori vodstva vrtca pri izvajanju planinskih vsebin. Anketiranci so odgovorili tudi na vprašanje o starostni skupini otrok, v kateri so delali v preteklem letu in o primernosti okolice vrtca za izvajanje planinskih vsebin.

5.4 POSTOPEK ZBIRANJA PODATKOV

Podatke smo s pomočjo neformalnega anketnega vprašalnika, ki se je nanašal na delo vzgojiteljev v šolskem letu 2016/17, zbirali v juniju in juliju 2017. Razdelili smo ga v 24 vrtcev po Sloveniji. Vrtci so nam izpolnjene ankete vrnil v elektronski obliki ali pa smo jih prevzeli osebno.

5.5 OBDELAVA PODATKOV

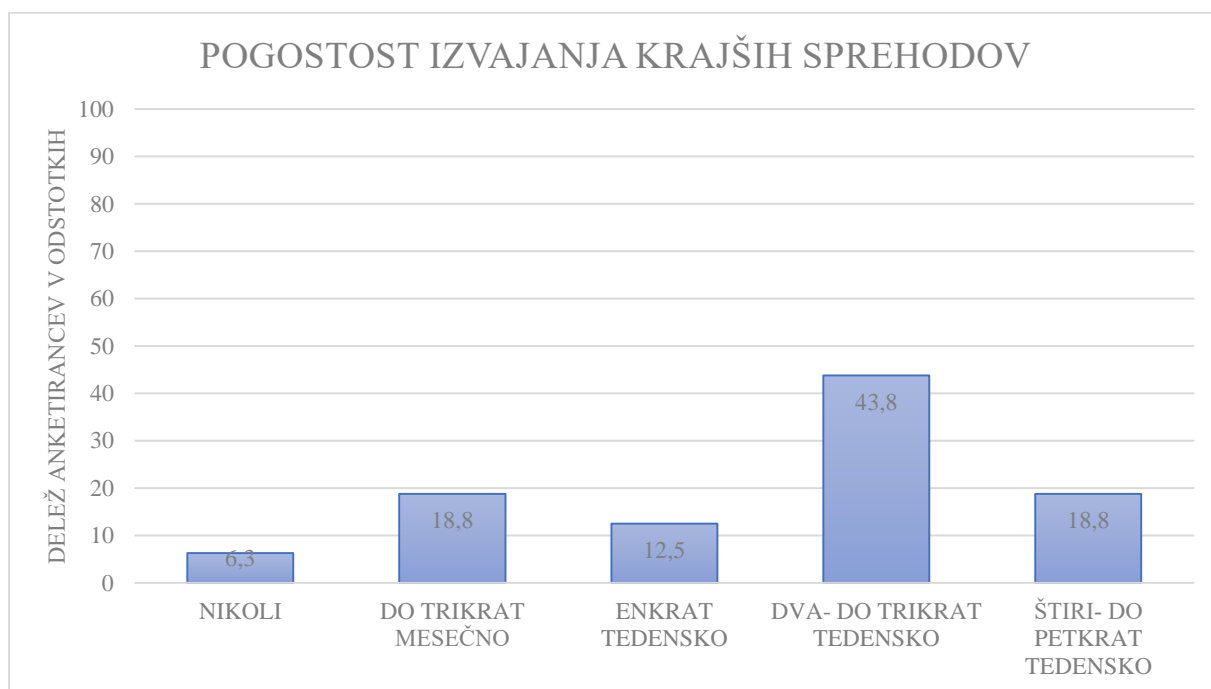
Za statistično obdelavo podatkov smo uporabili statistični program SPSS – 21.0 za Windows. Uporabili smo osnovne statistične parametre (opisno statistiko). Za ugotavljanje razlik med skupinama smo uporabili kontingenčne tabele, hi-kvadrat preizkus in Pearsonov koeficient korelacije. Za ugotavljanje vpliva izbranih dejavnikov (kraj, starost otrok, podpora vodstva) na izvajanje planinskih vsebin smo uporabili multiplo regresijsko analizo. Statistično značilnost smo preverjali na ravni 5-odstotnega tveganja ($p \leq 0,05$).

6 REZULTATI IN INTERPRETACIJA

V nadaljevanju so s pomočjo tabel in grafov prikazani in interpretirani rezultati, ki smo jih pridobili s pomočjo neformalnega anketnega vprašalnika.

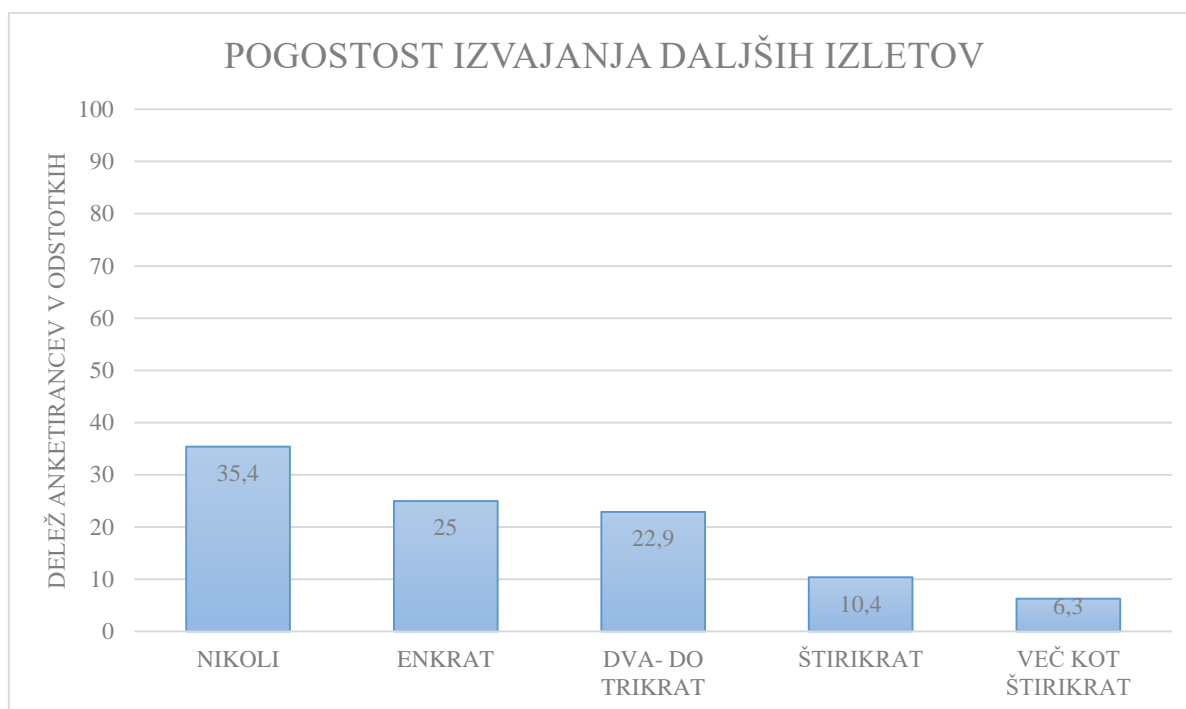
6.1 INTERPRETACIJA PO VPRAŠANJIH

6.1.1 POGOSTOST IZVAJANJA PLANINSKIH VSEBIN



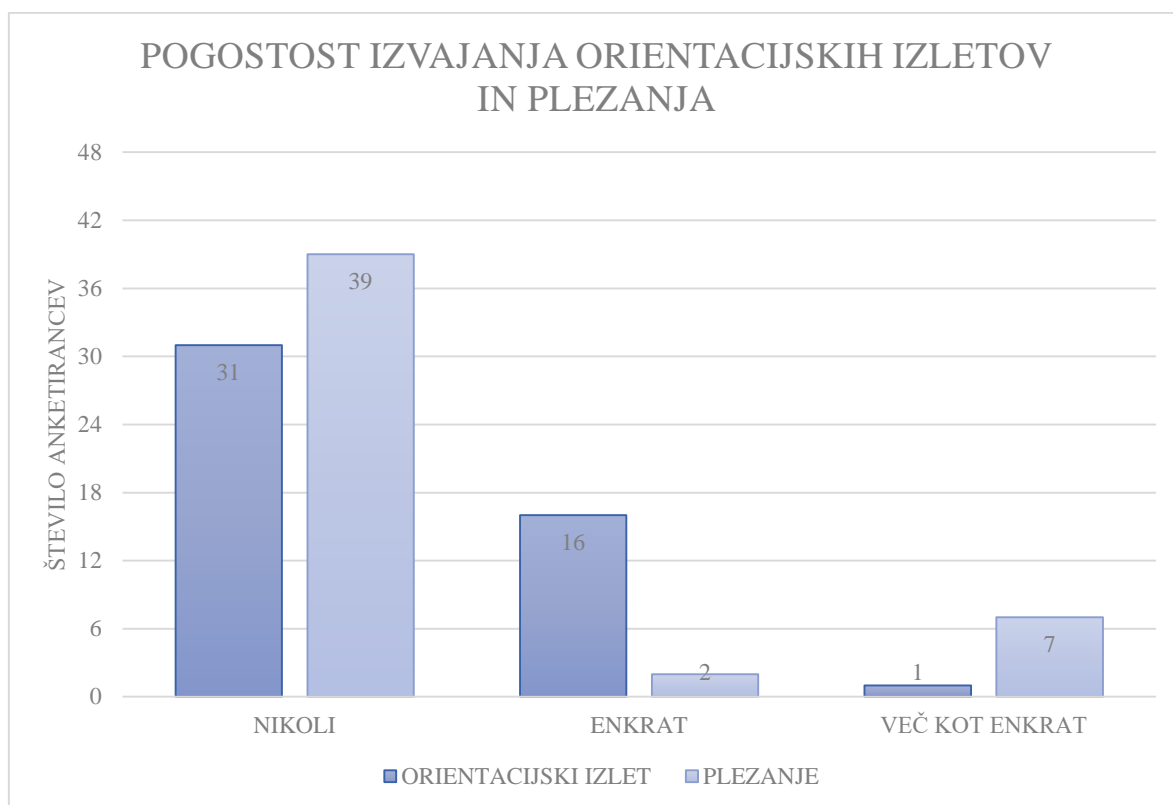
Graf 1: Razporeditev pogostosti izvajanja krajših sprehodov

Iz Grafa 1 je razvidno, da največ anketiranih vzgojiteljev, skoraj 44 %, s skupino otrok, v kateri deluje, izvede sprehod dva- do trikrat tedensko. Trije od osemindesetih anketiranih vzgojiteljev v šolskem letu niso izvedli niti enega krajšega sprehoda v naravo oz. v okolici vrtca. Običajno vzgojitelji kot razlog za neaktivnost omenijo, da so otroci premajhni in niso sposobni prehoditi niti krajše razdalje, kljub temu da je v Kurikulumu med primeri dejavnosti, ki jih lahko opravljajo za področje gibanja 1 do 3 leta stari otroci, omenjena hoja v naravo oz. sprehodi v bližnji okolici. Vsekakor je to, kolikšno razdaljo so otroci sposobni prehoditi, odvisno od njihove starosti in razvoja, hkrati pa tudi od spodbud, ki jih prejema iz okolja.



Graf 2: Razporeditev izvajanja daljših izletov

V Kurikulumu je med primeri dejavnosti za področje gibanja, ki jih naj bi izvajali vzgojitelji v drugem starostnem obdobju, predlagana tudi hoja v naravi, sprehodi v okolici, tako bližnji kot daljni, izleti, tudi orientacijski, pri katerih napor presega vsakodnevno obremenitev. Dobrih 60 % anketiranih vzgojiteljev je daljši izlet, kjer bi otrokov napor presegel vsakodnevno obremenitev, izvedla le enkrat ali pa sploh nikoli, skoraj 35 % anketiranih vzgojiteljev je daljši izlet izvedla dva- do štirikrat, 6,3 % anketiranih vzgojiteljev pa je otroke na daljši izlet popeljala več kot štirikrat.



Graf 3: Razporeditev izvajanja orientacijskih izletov in plezanja

Izvajanja orientacijskih izletov se poslužuje malenkost večji delež anketiranih vzgojiteljev kot izvajanja plezanja na naravni ali umetni steni. A če vzgojitelji organizirajo plezanje za otroke, ga ponovijo večkrat, ne le enkrat. Orientacijski izlet je za svojo skupino organiziralo 17 anketiranih vzgojiteljev, kljub temu da jih je planinski del programa mali sonček izvajalo 26, le-ta pa predpisuje izvedbo vsaj enega orientacijskega izleta.

Tabela 1: Izvajanje teoretičnih planinskih vsebin

Teoretična planinska vsebina	Min	Max	Povprečna vrednost	Standardni odklon
Spoznavanje planinske opreme	1	5	1,81	1,2
Spoznavanje markacije	1	5	1,85	1,2
Priprava na izlet	1	5	2,21	1,4
Bonton v gorah	1	5	2,23	1,5
Skupaj	4	20	8,10	4,6

Z anketo smo preverjali, kako pogosto vzgojitelji v vrtcu izvajajo tiste teoretične planinske vsebine, ki so za predšolske otroke razumljive in s katerimi jih lahko začnemo na prilagojen način seznanjati že v predšolskem obdobju. Preverjali smo izvajanje štirih področij teoretičnih

vsebin, in sicer spoznavanje markacije, planinske opreme, seznanjanje s pripravami na izlet in z bontonom v gorah. Vzgojitelji so pogostost izvajanja ocenili od ena do pet, pri čemer je ena pomenila, da tega niso izvajali, dva, da so se o tem enkrat pogovarjali, štiri, da so se o tem večkrat pogovarjali in pet, da so to utrjevali (npr. otroci so imeli s tem stik vsak dan, markacija je bila na oglasni deski cel mesec, v kotičku so imeli planinsko opremo). Odgovori so bili razpršeni med najmanj 4 in največ 20 točkami. Povprečna vrednost točk, ki so jih vzgojitelji dosegli pri tem vprašanju, je bila 8,1. Za posamezno trditev so lahko obkrožili od ena do pet točk. Najslabše izvajana teoretična vsebina je spoznavanje planinske opreme (povprečna vrednost = 1,81), takoj za njo spoznavanje markacije (povprečna vrednost = 1,85), sledita pa še priprava na izlet, k čemur štejemo spremljanje vremena, pripravo nahrbtnika in prehrano (povprečna vrednost = 2,21), najbolj pogosto izvajana teoretična planinska vsebina pa je bila bonton v gorah (proženje kamenja, pozdravljanje, trganje cvetic, kričanje, pomoč drugim) s povprečno vrednostjo 2,23.

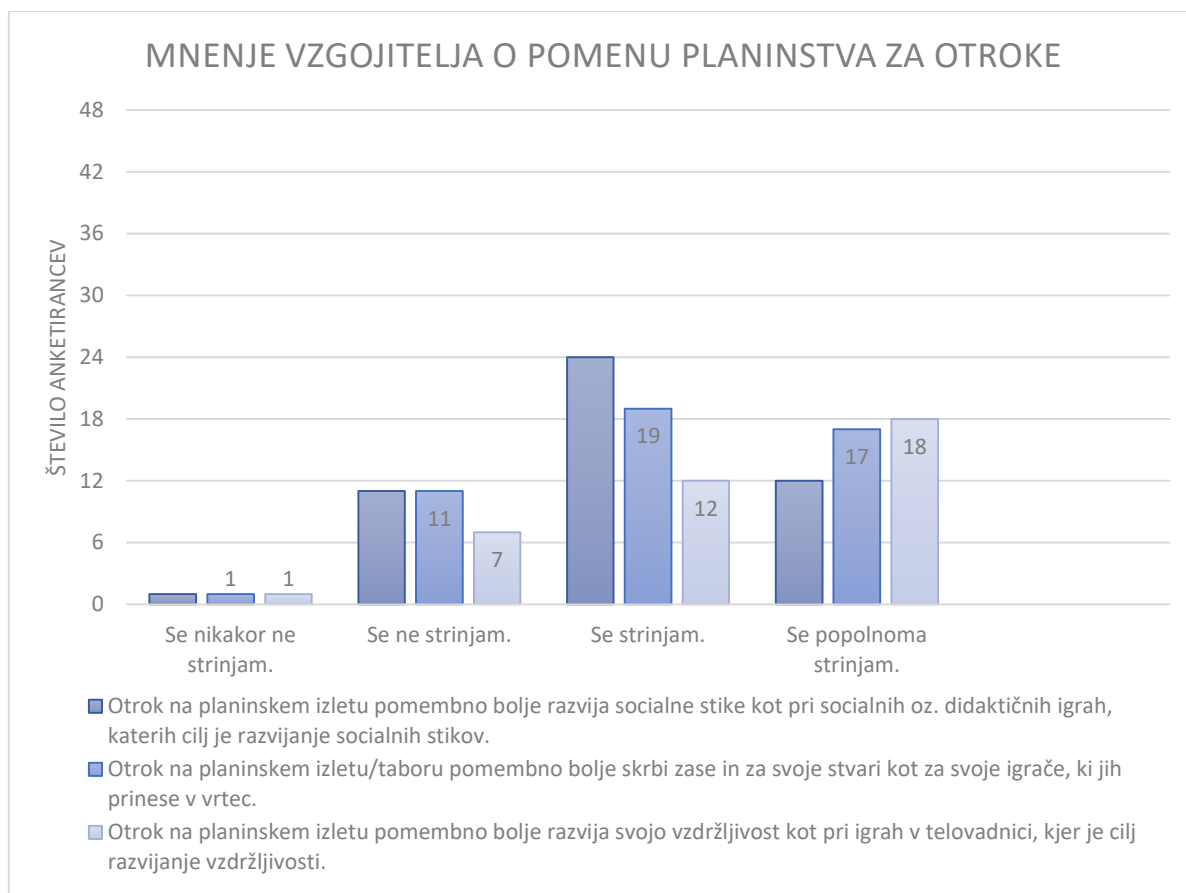
6.1.2 MNENJE VZGOJITELJEV O PLANINSTVU

Tabela 2: Mnenje vzgojiteljev o pomenu planinstva za otroke

Področje	Min	Max	Povprečna vrednost	Standardni odklon
Socialno področje	1	5	3,73	1,14
Skrb zase in za svoje stvari	1	5	3,83	1,21
Vzdržljivost	1	5	4,00	1,09
Skupaj	3	15	11,56	2,79

Pri vprašanju, s katerim smo preverjali mnenje vzgojiteljev o vplivu planinskih dejavnosti na otroke, so imeli na voljo tri trditve, s katerimi smo zajeli tri pomembna področja, na katera vpliva planinstvo (socialno področje, skrb zase, vzdržljivost), anketirani vzgojitelji pa so od 1 do 5 obkrožili, v kolikšni meri se s trditvijo strinjajo. Za preverjanje mnenja o tem, kako planinske vsebine vplivajo na otrokovo socialno področje, se je trditev glasila: »Otrok na planinskem izletu pomembno bolje razvija socialne stike kot pri socialnih oz. didaktičnih igrah, katerih cilj je razvijanje socialnih stikov.« Anketirani vzgojitelji so se s to trditvijo strinjali s povprečno vrednostjo 3,73. Nekoliko boljše mnenje (povprečna vrednost = 3,83) so izrazili do trditve: »Otrok na planinskem izletu/taboru pomembno bolje skrbi zase in za svoje stvari kot za svoje igrače, ki jih prinese v vrtec.« Največje strinjanje (povprečna vrednost = 4,0) pa so izrazili s trditvijo o vplivu planinstva na vzdržljivost: »Otrok na planinskem izletu pomembno

bolje razvija svojo vzdržljivost kot pri igrah v telovadnici, kjer je cilj razvijanje vzdržljivosti.« 21 anketiranih vzgojiteljev se je s to trditvijo strinjalo, 18 pa se jih je popolnoma strinjalo. 7 se jih s to trditvijo ni strinjalo in le eden je obkrožil, da se nikakor ne strinja s to trditvijo.



Graf 4: Razporeditev mnenja vzgojiteljev o pomenu planinstva za otroke

6.1.3 PODPORA VODSTVA

S tremi vprašanji odprtega tipa smo želeli izvedeti, v kolikšni meri vodstvo vrtca podpira izvajanje planinskih vsebin v vrtcu. Pri prvem vprašanju so anketirani vzgojitelji odgovarjali, ali bi vodstvo vrtca časovno in finančno podprlo njihovo morebitno željo po udeležbi na kakšnem planinskem izobraževanju oz. željo po pridobitvi strokovne planinske izobrazbe (mentor planinske skupine, planinski vodnik). Pri drugem vprašanju so ocenili angažiranost oz. podporo vodstva vrtca pri iskanju sredstev oz. pri sofinanciranju prevoza za morebitni izlet na oddaljen vrh ali pa za organizacijo večdnevne planinske izkušnje (spanje na koči, planinski tabor), obisk Slovenskega planinskega muzeja itd. Tretje vprašanje se je nanašalo na pozornost, ki jo vodstvo vrtca namenja planinskim dejavnostim: ali ta cilj posebej poudarja, ga zapiše v letni delovni načrt vrtca, ga poudarja na vzgojiteljskih zborih, ali je planinstvo ponujeno kot

dodatna ali obogatitvena dejavnost v vrtcu. Odgovore, ki so jih vzgojitelji podali, smo numerično obtežili, in sicer smo dali eno točko odgovorom, iz katerih smo razbrali, da vodstvo omenjenih dejavnosti, projektov, izobraževanj itd. ne bi podprlo in omogočilo, pet točk so dobili tisti odgovori, kjer se je kazala velika naklonjenost vodstva do omenjenih vsebin, tri točke pa so dobili odgovori, v katerih se podpora vodstva ni kazala za tako izrazito dobro ali izrazito slabo. Posamezni anketiranec je lahko pri tem sklopu vprašanj zbral od 3 do 15 točk.

Tabela 3: Podpora vodstva vrtca izvajanju planinskih dejavnosti

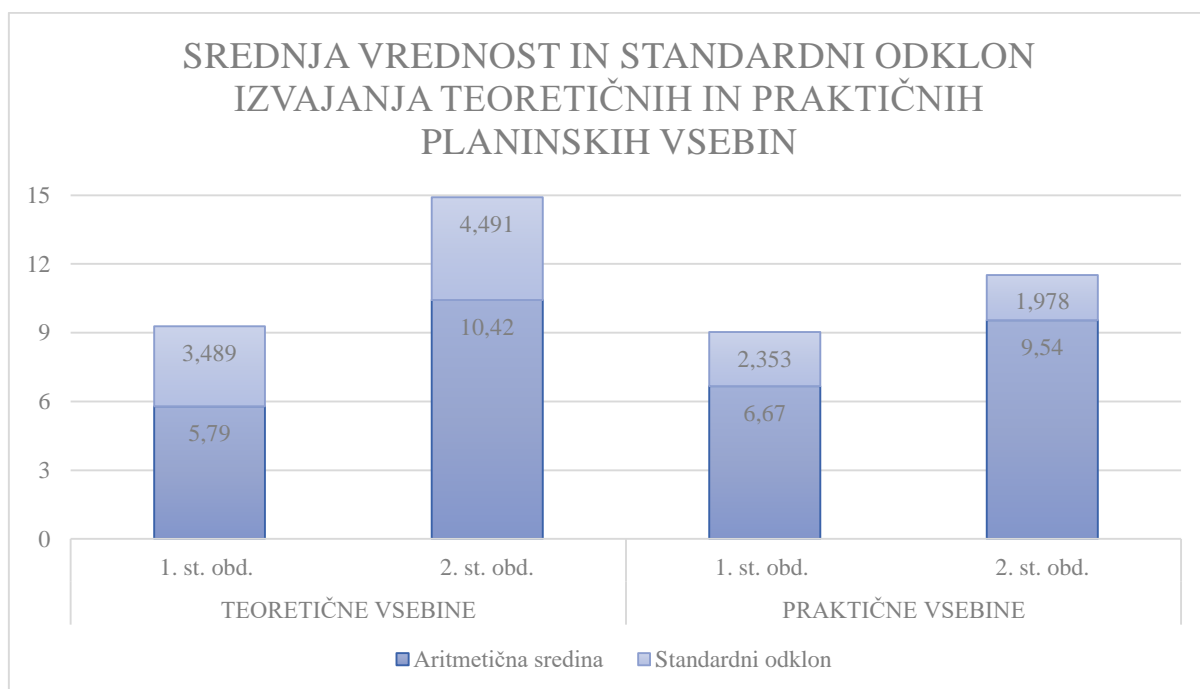
Št. točk	Št. vzgojiteljev	Delež vzgojiteljev
3	5	10,4
5	9	18,8
7	15	31,3
9	6	12,5
11	6	12,5
13	4	8,3
15	3	6,3

Iz Tabele 3 je razvidno, da je 5 vzgojiteljev mnenja, da vodstvo njihovega vrtca ne podpira izvajanja planinskih vsebin, 24 vzgojiteljev je vodstvo prav tako ocenilo kot precej nezainteresirano za podporo pri izvajanju planinskih vsebin v vrtcu. Ostalih 19 vzgojiteljev je mnenja, da vodstvo njihovega vrtca planinski dejavnosti namenja nekaj pozornosti, od tega pa so trije vzgojitelji vodstvo ocenili kot zelo naklonjeno planinskim dejavnostim in bi bili pripravljene časovno in finančno podpreti vzgojitelje pri idejah, projektih, izobraževanjih. Povprečna vrednost odgovorov je 7,96. Od vseh treh vprašanj oz. področij bi bilo vodstvo najbolj pripravljeno časovno in finančno podpreti vzgojitelja pri udeležbi na planinskem izobraževanju (povprečna vrednost = 3,13).

6.2 INTERPRETACIJA IN ANALIZA REZULTATOV PO HIPOTEZAH

6.2.1 HIPOTEZA 1

Predvidevamo, da bodo otroci iz drugega starostnega obdobja pogosteje deležni teoretičnih planinskih vsebin kot otroci iz prvega starostnega obdobja.



Graf 5: Razporeditev izvajanja teoretičnih in praktičnih vsebin po starostnih obdobjih.

Za preverjanje hipoteze 1 smo uporabili podprogram Independent-Sample t-test v statističnem programu SPSS. Levenov test enakosti varianc je pokazal statistično neznačilnost (0,194, $F = 1,74$), zato smo izvedli t-test. Najprej smo numerično obtežili in sešteli skupek spremenljivk, ki predstavljajo teoretične planinske vsebine, to so spoznavanje markacije, planinske opreme, priprava na izlet in bonton v gorah. Tako smo dobili numerično vrednost za izvajanje teoretičnih planinskih vsebin. S programom SPSS smo poiskali srednjo vrednost in standardni odklon izvajanja teoretičnih planinskih vsebin posebej za prvo in posebej za drugo starostno obdobje. Srednja vrednost izvajanja teoretičnih planinskih vsebin se med obema starostnima obdobjema na 15-stopenjski lestvici razlikuje za 4,63 v prid drugemu starostnemu obdobju, vendar pa je standardni odklon pri obeh skupinah relativno velik (3,5 za prvo in 4,5 za drugo starostno obdobje). S t-testom za ugotavljanje razlik med skupinama smo želeli ugotoviti, ali so razlike statistično značilne in bi jih lahko splošili na celotno populacijo. T-test je pokazal statistično značilne razlike ($p = 0,000$) med skupinama.

Nato smo sešteli še skupek spremenljivk, ki predstavljajo praktične planinske vsebine, to so pogostost sprehodov v bližnjo okolico vrtca, pogostost daljših izletov, pogostost orientacijskih izletov in pogostost plezanja. Tako smo dobili numerično vrednost za izvajanje praktičnih planinskih vsebin. Tudi pri praktičnih planinskih vsebinah obstaja statistično značilna razlika med prvim in drugim starostnim obdobjem, vendar je le-ta manjša kot pri izvajanju teoretičnih planinskih vsebin.

Prvo hipotezo, ki pravi, da so otroci iz drugega starostnega obdobja pogosteje deležnih izvajanja teoretičnih planinskih vsebin kot otroci iz prvega starostnega obdobja, lahko na podlagi rezultatov potrdimo.

6.2.2 HIPOTEZA 2

H2: Predvidevamo da bodo tisti vzgojitelji, ki opravljajo delo v vrtcih, zgrajenih v okolju, ki jim omogoča hojo v hrib brez predhodne vožnje do vznožja, pogosteje izvajali praktične in teoretične planinske vsebine.

Tabela 4: Izračun povezanosti okolja, v katerem se vrtec nahaja, z izvajanjem teoretičnih in praktičnih planinskih vsebin

Pearsonov koeficient korelacije	Povezanost (korelacija)	Statistična pomembnost
Povezanost med okoljem in praktičnimi planinskimi vsebinami	0,166	0,261
Povezanost med okoljem in teoretičnimi planinskimi vsebinami	0,278	0,055

Legenda: Z * so označene statistične pomembnosti na ravni 5-odstotnega tveganja ($p \leq 0,05$).

Za ugotavljanje statistično značilnih povezav okolja, v katerem se vrtec nahaja, z izvajanjem teoretičnih in praktičnih planinskih vsebin smo uporabili Pearsonov koeficient korelacije. Iz Tabele 4 lahko razberemo, da med izbranimi spremenljivkami ni statistično značilne povezanosti. Nekoliko večja povezanost, a še vseeno statistično nepomembna obstaja med okoljem in izvajanjem teoretičnih planinskih vsebin. Sklepamo lahko, da vzgojitelji, ki opravljajo poklic v vrtcih, zgrajenih v bolj spodbudnem planinskem okolju (imajo v bližini vrtca več hribov, na katere vodijo markirane poti, morda so v bližini celo planinske kočice), z otroki večkrat obravnavajo teoretične planinske vsebine, ker npr. pri vsakdanjem življenju srečujejo markacije in se o njih pogovarjajo, opazujejo planinsko kočico in se pogovarjajo o planinstvu.

Pri raziskavi smo ugotovili, da okolje ni tisto, ki bi vzgojitelje statistično pomembno usmerjalo in spodbujalo k izvajanju planinskih vsebin.

Na podlagi rezultatov in interpretacije hipoteze 2, ki predpostavlja, da tisti vzgojitelji, ki opravljajo delo v vrtcih, zgrajenih v okolju, ki jim omogoča hojo v hrib brez predhodne vožnje do vznožja, pogosteje izvajajo praktične in teoretične planinske vsebine, ne moremo potrditi.

6.2.3 HIPOTEZA 3

H3: Predvidevamo, da na pogostost izvajanja planinskih vsebin v vrtcu pomembno vplivajo dejavniki okolja, kjer se vrtec nahaja, mnenje vzgojitelja in podpora vodstva.

Z multiplo regresijo smo želeli ugotoviti morebitno odvisnost pogostosti izvajanja planinskih vsebin glede na okolje, v katerem se vrtec nahaja, mnenje vzgojitelja in podporo vodstva vrtca. Sestavili smo model (slika 1) in ga preverila z multiplo regresijo.

Slika 1: Model pojasnjevanja, kako na pogostost izvajanja planinskih vsebin vplivajo mnenje vzgojitelja, okolje, v katerem se vrtec nahaja, in podpora vodstva



Rezultati niso pokazali statistično značilne povezanosti med omenjenimi dejavniki in pogostostjo izvajanja planinskih vsebin v vrtcih.

Tabela 5: Doprinos posamezne spremenljivke k oblikovanju regresijske enačbe

Odvisna spremenljivka: pogostost izvajanja planinskih vsebin	Standardizirani koeficient	β	T-test	Statistična pomembnost
Mnenje vzgojitelja	0,023		0,155	0,878
Okolje	0,184		1,165	0,250
Podpora vodstva vrtca	0,178		1,086	0,284

*Legenda: standardizirani β koeficient – standardizirani koeficienti parcialne regresije spremenljivke na kriterijsko spremenljivko (beta ponder); t-test – statistična pomembnost regresijskih koeficientov; statistična pomembnost – na ravni 5-odstotnega tveganja ($p \leq 0,05$)**

Iz tabele 5 razberemo doprinos posamezne neodvisne spremenljivke k oblikovanju regresijske enačbe. Standardizirani beta koeficienti nam predstavljajo mere pomembnosti posameznih prediktorjev, T-test nam pokaže statistično pomembnost regresijskih koeficientov teh pojasnjevalnih spremenljivk. Ne moremo potrditi, da mnenje vzgojitelja, okolje, v katerem se vrtec nahaja, in podpora vodstva statistično značilno pojasnjujejo model multiple regresije.

Tabela 6: Povzetek ocenjevalnega modela regresije

Model	R	R ²	Popravljen R ²	F-test	Statistična pomembnost
1	0,309 ^a	0,095	0,034	1,548	0,216 ^b

*Legenda: R – multipli regresijski koeficient; R² – multipli determinacijski koeficient, popravljen R² – multipli determinacijski koeficient, ki kaže na delež variance v odvisni spremenljivki, pojasnjen z variabilnostjo števila neodvisnih spremenljivk; F-test – statistična pomembnost regresijske enačbe; statistična pomembnost – na ravni 5-odstotnega tveganja ($p \leq 0,05$)**

Deterministični koeficient R² kaže, da smo z vključenimi pojasnjevalnimi spremenljivkami pojasnili okoli 9,5 % variance odvisne spremenljivke. Popravljeni R², ki izloča vpliv števila pojasnjevalnih spremenljivk, kaže, da je pojasnjene 3,4 % variance. F-test zanesljivosti regresijske enačbe ne kaže njene statistične pomembnosti.

Na podlagi dobljenih rezultatov nismo pojasnili modela, ki je vključeval odvisno spremenljivko, imenovano pogostost izvajanja planinskih vsebin, ki smo jo želeli pojasniti s tremi neodvisnimi spremenljivkami, imenovanimi mnenje vzgojitelja, okolje in podpora vodstva. Iz rezultatov multiple regresije tako razberemo, da izvajanje planinskih vsebin ni pogostejše, če imajo vzgojitelji boljše mnenje o pomenu planinstva, boljše okolje in boljšo podporo vodstva.

7 RAZPRAVA

V diplomskem delu smo s pomočjo neformalnega anketnega vprašalnika proučevali pogostost izvajanja teoretičnih in praktičnih vsebin planinstva v predšolskem obdobju ter raziskovali dejavnike, ki vplivajo na njihovo izvajanje.

Vzorec je zajemal 48 vzgojiteljev predšolskih otrok. Od tega jih je polovica opravljala delo v vrtcih, ki imajo v radiju treh kilometrov primeren hrib, na katerega se lahko otroci povzpnejo z izhodiščem iz vrtca (12 vzgojiteljev prvega starostnega obdobja in 12 vzgojiteljev drugega starostnega obdobja), polovica pa jih je opravlja službo v vrtcih, ki tega pogoja ne izpolnjujejo (12 vzgojiteljev prvega starostnega obdobja in 12 vzgojiteljev drugega starostnega obdobja).

Anketni vprašalnik je vseboval pet sklopov vprašanj. V prvem nas je zanimala pogostost izvajanja tako praktičnih kot teoretičnih planinskih vsebin. V drugem smo pridobili podatke o okolici vrtca (koliko vzpetin se nahaja v okolici, kako primerne so za vzpon otrok nanje itd.). Tretji sklop je bil namenjen vzgojiteljevi oceni, kakšen je odnos vodstva vrtca do planinskih dejavnosti. V četrtem sklopu so anketirani vzgojitelji podali svoje mnenje o pomenu planinstva za otroka. V petem sklopu pa so se nahajala informativna vprašanja (ali je anketirani vzgojitelj planinec, je izvajal program Ciciban planinec in Mali sonček, ali so otroci včlanjeni v planinsko društvo itn.).

Ugotovili smo, da dobrih 60 % anketiranih vzgojiteljev opravi krajši sprehod v okolici vrtca več kot dvakrat tedensko, kljub temu pa se jih velik delež (več kot 20 %) s skupino odpravi na krajši sprehod manj kot trikrat mesečno. Glede na pozitivne učinke hoje na otrokov organizem, ki jih naštevajo različni avtorji, npr. M. Videmšek in M. Visinski (2001): krepitev mišic nog, trupa, ramenskega obroča, vpliv na pravilno izoblikovanje stopalnega loka, razvijanje sposobnosti ravnotežja in vzdržljivosti, vpliv na delovanje notranjih organov, dihal, prebavil in krvnega obtoka, bi lahko vzgojitelji večkrat izvajati tovrstno aktivnost ne glede na vreme in starost otrok. Kristan (1993) meni, da moramo na gornišstvo začeti navajati že dojenčke, namreč že tri do šest tednov starega otroka naj bi vsakodnevno peljali na sprehod, kar naj bi opustili le v primeru izrednih vremenskih razmer (hude vročine, hudega dežja) ali v primeru onesnaženja zraka.

Daljši izlet, ki bi presegal vsakodnevni napor otrok, je v preteklem šolskem letu izvedlo 64,6 % anketiranih vzgojiteljev, od tega je 17 % anketiranih vzgojiteljev štirikrat ali večkrat izvedlo daljši izlet, pri katerem je otrokov napor presegal njegovo vsakodnevno obremenitev, in so naredili vsaj 150 m višinske razlike v eno smer. 26 anketiranih vzgojiteljev k izvajanju planinskih dejavnosti spodbuja planinski del programa Mali sonček, le 6 pa jih je v preteklem šolskem letu izvajalo program Ciciban planinec. Glede na to, da so strokovnjaki oba omenjena programa s prenovo zelo poenotili, bi lahko vzgojitelji v svoje delo poleg programa Mali sonček pogosteje vključili tudi program Ciciban planinec, saj le-ta vsebuje določene izzive, naloge in vsebine, s pomočjo katerih bi izleti in ostale planinske aktivnosti pridobili na vrednosti.

Program Ciciban planinec v vrtcu ni tako poznan kot Mali sonček, kar bi lahko spremenili z večjo povezanostjo vrtca z lokalnim okoljem, bolj natančno s planinskim društvom v domačem kraju. To lahko potrdijo rezultati M. Videčnik (2015), ki je ugotovila, da vzgojitelji, ki so povezani s planinskim društvom, tudi izvajajo program Ciciban planinec, otroci pa imajo dnevnik Ciciban planinec. Planinska društva imajo strokovno izobražen kader za vodenje ljudi v gore, specializiran tudi za področje seznanjanja mladih s planinstvom (mladinski voditelji), kamor sodijo predšolski otroci. Strokovno izobražen kader planinskih društev dobro pozna planinsko tematiko in bi lahko s svojo prisotnostjo na izletih otroke veliko naučili in jih navdušili za hojo v gore. Z anketo smo ugotovili, da 9 od 48 anketiranih vzgojiteljev sodeluje s planinskimi društvi, od tega pa so člani planinskega društva le otroci pri enem anketiranem vzgojitelju.

Ažman idr. (2001) opozarjajo, da je za kakovostnejšo in varnejšo izvajanje planinskih dejavnosti v kasnejšem obdobju pomembno, da otroci pridobijo teoretično znanje iz Planinske šole, česar ni mogoče pridobiti na enem izletu ali pred njim, ampak je znanje sad načrtnega, sistematičnega in večletnega dela. Preverjali smo, kako pogosto anketirani vzgojitelji izvajajo teoretične planinske vsebine, in sicer štiri področja oz. teme, ki so za predšolske otroke razumljive in primerne: spoznavanje markacije, planinske opreme, seznanjanje s pripravami na izlet in z bontonom v gorah. Ugotovili smo, da največ delajo na področju bontona v gorah in najmanj na področju spoznavanja potrebne planinske opreme.

K pogostejšemu izvajanju teoretičnih planinskih vsebin bi lahko vzgojitelje spodbudila literatura, ki obstaja, npr. Planinski zabavnik, ki je izšel pri PZS in vsebuje poučne naloge na področju planinstva, prilagojene tudi za predšolske otroke.

V prvi hipotezi smo predvidevali, da so otroci iz drugega starostnega obdobja pogosteje deležni izvajanja teoretičnih planinskih vsebin kot otroci iz prvega starostnega obdobja. To hipotezo smo potrdili, hkrati pa smo ugotovili, da je s starostnim obdobjem povezano tudi izvajanje praktičnih planinskih vsebin (vzgojitelji v drugem starostnem obdobju se pogosteje odpravljajo na krajše in daljše izlete ter organizirajo orientacijske izlete in plezanje kot vzgojitelji iz prvega starostnega obdobja), vendar manj statistično značilno kot prvo. To trditev je potrdila tudi M. Kogovšek (2012), ki je v raziskavi ugotovila, da se pohodov v naravo poslužujejo predvsem vzgojitelji z otroki drugega starostnega obdobja.

Pri drugi hipotezi smo preverjali, kako na pogostost izvajanja planinskih vsebin vpliva okolica, v kateri se vrtec nahaja. Hipotezo, ki pravi, da tisti vzgojitelji, ki opravljajo delo v vrtcih, zgrajenih v okolju, ki jim omogoča hojo v hrib brez predhodne vožnje do vznožja, pogosteje izvajajo praktične in teoretične planinske vsebine, smo zavrnil. Skozi raziskavo smo namreč ugotovili, da izvajanje tako teoretičnih kot tudi praktičnih planinskih vsebin ni odvisno od okolice, v kateri se vrtec nahaja. Izkazalo se je, da nekateri vzgojitelji, ki delajo v zelo spodbudni planinski okolici, kjer je več primernih vzpetin, planinskih vsebin ne izvajajo, nekateri, ki pa delajo v manj spodbudnem okolju, kjer niti ni primerne vzpetine, da bi se nanjo povzpeli z otroki, pa vseeno izvajajo različne planinske dejavnosti. Pojavi se tudi vprašanje, kako kakovostne dejavnosti bi ti vzgojitelji šele ponudili otrokom v bolj spodbudnem okolju.

Pri tretji hipotezi, kjer smo predvidevali, da na pogostost izvajanja planinskih vsebin v vrtcu pomembno vplivajo dejavniki okolja, kjer se vrtec nahaja, mnenje vzgojitelja in podpora vodstva, smo prišli do zaključka, da je ne moremo potrditi. Ugotovili smo, da na izvajanje planinskih dejavnosti v vrtcu zgoraj omenjeni dejavniki vplivajo le v 10 %, v ostalih 90 % pa se skrivajo drugi razlogi, ki vzgojitelje spodbujajo ali pa ovirajo pri organizaciji in izvedbi planinskih vsebin v vrtcu.

To diplomsko delo je lahko osnova za nadaljnje raziskovanje, in sicer kateri so še drugi dejavniki, ki bi lahko vplivali na izvajanje planinskih vsebin v vrtcu, ali so to posebnosti skupine, ki jih je v današnjem času zelo veliko. Pogosto so namreč v skupinah prisotni otroci z različnimi boleznimi, alergijami in ostalimi ovirami, ki preprečujejo vzgojiteljem, da bi organizirali daljše izlete v naravo. Organizacija planinskih vsebin bi lahko bila v neki meri odvisna tudi od mnenja, podpore in strinjanja staršev. Na izvajanje te vrste aktivnosti verjetno vpliva tudi mnenje in pripadnost kolektiva tej dejavnosti ter praksa vzgojitelja in njegov življenjski slog. J. Zajec idr. (2011) namreč ugotavljajo, da na način dela vpliva zdrav življenjski slog, saj so raziskave pokazale, da vzgojitelji z zdravim življenjskim slogom (z

urejeno prehrano in stalno gibalno dejavnostjo) pogosteje izvajajo gibalne dejavnosti z otroki v vrtcu. M Videčnik (2015) je ugotovila, da vzgojitelji, ki v prostem času pogosteje zahajajo v gore, pogosteje tudi izvajajo planinske dejavnosti v vrtcu.

Pri tretji hipotezi se je izkazalo, da sta statistično pomembno povezana podpora vodstva in pogostost izvajanja praktičnih planinskih vsebin. Zato predpostavljamo, da podpora vodstva pomembno vpliva na pogostost izvajanja praktičnih planinskih vsebin. Menimo, da vzgojitelji, ki pri vodstvu vrtca dobijo podporo in spodbude za izvajanje sprehodov, daljših izletov in drugih dejavnosti, le-te pogosteje izvajajo.

Rezultati tega diplomskega dela kažejo na stanje, ki ga zaradi relativno majhnega vzorca, na katerem je bila raziskava narejena, ni mogoče posplošiti na celotno populacijo. Ugotovili smo tudi nekaj nasprotujočih se trditev o podpori vodstva znotraj istega vrtca. Realnejšo sliko o stanju v posameznem vrtcu bi zopet dobili z večjim vzorcem. Diplomsko delo nam tako ponuja možnosti nadaljnjega raziskovanja v smeri iskanja razlik v izvajanju planinskih vsebin v vrtcih različnih regij ter ostalih dejavnikov, ki vzgojitelje spodbudijo ali zavirajo pri izvajanju planinskih vsebin.

8 ZAKLJUČEK

Namen diplomskega dela je bil raziskati teoretične in praktične vsebine planinstva v predšolskem obdobju in ugotoviti pogostost in načine njihovega izvajanja.

Skozi raziskavo smo na vzorcu 48 diplomiranih vzgojiteljev predšolskih otrok proučevali pogostost izvajanja teoretičnih in praktičnih planinskih vsebin ter dejavnike, ki vplivajo na njihovo izvajanje. Izpostavili smo dejavnike okolja, mnenja vzgojiteljev in podpore vodstva.

Ugotovili smo, da vzgojitelji v drugem starostnem obdobju pogosteje izvajajo tako teoretične kot tudi praktične planinske vsebine, vendar se tudi vzgojitelji v prvem starostnem obdobju odpravljajo na sprehode v naravo, organizirajo orientacijske izlete in plezanje na naravni ali umetni steni. Kljub temu pa obstajajo vzgojitelji, ki praktičnih planinskih vsebin ne izvajajo. Trije anketirani vzgojitelji v preteklem šolskem letu niti enkrat niso izvedli krajšega sprehoda v naravo, sedemnajst pa je takšnih, ki niso izvedli daljšega izleta, kjer bi hoja otrok presegla njihov vsakodnevni napor in bi naredili vsaj 150 m višinske razlike v eno smer.

Proučevali smo, kako na izvajanje teh vsebin vplivajo dejavniki okolja, mnenje vzgojitelja in podpora vodstva. Z zavrnitvijo hipoteze tri, v kateri smo predvidevali, da na pogostost izvajanja planinskih vsebin vplivajo zgoraj naštetih dejavniki, lahko trdimo, da obstajajo še drugi dejavniki, od katerih je v 90 % odvisna pogostost izvajanja planinskih vsebin, saj dejavniki, ki smo jih proučevali, na njo vplivajo le v 10 %.

Zavrnitev hipoteze dve je spodbudila razmišljanje, da okolje, v katerem se vrtec nahaja, ne vpliva na izvajanje niti teoretičnih niti praktičnih planinskih vsebin. To pomeni, da nekateri vzgojitelji, ki se z otroki nimajo možnosti povzpeti na kakšno vzpetino z izhodiščem od vrta, vseeno izvajajo planinske dejavnosti, nekateri, ki pa imajo vse pogoje, da bi z otroki izvajali hojo v vzpeti svet, pa tega ne počnejo.

9 VIRI IN LITERATURA

Ažman, M., Jazbec, L., Jazbec, M., Peršolja, B., Pollak, B. (2001). *Mentor planinske skupine*. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.

Bahovec, E., Bregar, K., Čas, M., Domicelj, M., Saje Hribar, N. in Japelj, B. (1999). *Kurikulum za vrtce*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport.

Batistič Zorec, M. (2004). Subjektivne teorije vzgojiteljic in kurikularna prenova vrtcev. V *Sodobna pedagogika*, 2, 128–139.

Bobovnik, J., Burnik, S., Gantar, D., Glavnik, A., Golnar, T., Gorjanc, J. idr. (2012) *Vodniški učbenik*. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.

Cemič, A. in Zajec, J. (2011). *Motorika predšolskega otroka: Študijsko gradivo za št. leto 2011/2012*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Glavnik, A., Jazbec, L., Jordan, B., Kadiš, F., Kastelec, D., Koželj Stepic, D. idr. (2011). *Planinska šola*. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.

Kogovšek, M. (2012). *Vloga vzgojitelja pri izvajanju izleta v naravo*. Diplomsko delo. Maribor: Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta.

Kovšca, R., Peršolja, B., Peršolja, M. in Muhič, M. (2011). *MLADINSKA PRILOGA Obvestil PZS/Posebna izdaja*. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije. Pridobljeno 23. 6. 2017 iz https://www.pzs.si/javno/komisije/mk/2011-09-Mladinska_priloga_Obvestil_PZS.pdf.

Kristan, S. (1993). *V gore ... izletništvo, pohodništvo, gornišтво*. Radovljica: Didakta.

Kisner, C., in Colby, L. A. *Therapeutic exercise: foundations and techniques*. Philadelphia, PA: FA Davis Company.

Lipičnik Vodopivec, J., Hmelak, M. (2016). *Strokovni izzivi vzgojiteljskega poklica*. Koper: Založba Univerze na Primorskem.

Muhič, M. (2008). Vpliv hoje na razvoj nekaterih motoričnih sposobnosti predšolskih otrok. V *Gibalna športna vzgoja v luči kakovostnega izobraževanja: zbornik prispevkov* (str. 364–370). Koper: Univerza na Primorskem, Pedagoška fakulteta.

Osebna izkaznica PZS. Pridobljeno 22. 6. 2017, iz <https://www.pzs.si/vsebina.php?pid=1>.

Pori, M. in Sila, B. (2010) S katerimi športno rekreativnimi dejavnostmi se Slovenci najraje ukvarjamo? *Šport*, 58 (1/2), 105–107.

Pravilnik Mladinske komisije Planinske zveze Slovenije (2014). Pridobljeno 22. 6. 2017, iz https://www.pzs.si/javno/mladi/dokumenti_MK/pravilniki/mk_pzs-popravki_pravilnika_2014.pdf.

Pravilnika Ciciban planinec in Mladi planinec. Pridobljeno 3. 7. 2017, iz https://www.pzs.si/javno/komisije/mk/Pravilnika_obeh_programov.pdf.

Statut Planinske zveze Slovenije. Pridobljeno 22. 6. 2017, iz <https://www.pzs.si/vsebina.php?pid=182>.

Videčnik, M. (2015). *Izvajanje planinskih vsebin v okviru kurikuluma za vrtce*. Diplomsko delo. Maribor: Pedagoška fakulteta.

Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik; Gibalne dejavnosti otrok do tretjega leta starosti v okviru družine*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M. in Visinski, M. (2001). *Športne dejavnosti predšolskih otrok*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). *Šport za najmlajše*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M., Stančevič, B. in Zajec, J. (2012a). *Mali sonček*. Ljubljana: Zavod za šport RS Planica. Dostopno na: http://www.simcpiran.si/img/sport/presolskiSport/MALI_SONCEK_GRADIVO_junij_2012.pdf.

Videmšek, M., Zajec, J., Stančevič, B., in Reberšak Cizelj, M. (2012b). Gibalni/športni program Mali sonček. *Šport: revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, 59(1/2), str. 19–24.

Zajec, J., Videmšek, M., Štihec, J., Karpljuk, D., Tušak, M., in Meško, M. (2012). The lifestyle of pre-school teachers and their assistants as an element of subjective theories. *V Slovenian Journal of Public Health*, 51(2), 95–104. Dostopno na:

<https://www.degruyter.com/downloadpdf/j/sjph.2012.51.issue-2/v10152-012-0011-2/v10152-012-0011-2.pdf>.

Zajec, J., Videmšek, M., Štihec, J., Pišot, R., in Šimunič, B. (2010). *Otrok v gibanju doma in v vrtcu*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Inštitut za kineziološke raziskave, Univerzitetna založba Annales.

Zore, N. (2014) Pomen kompetenc vzgojiteljev in pomočnikov vzgojiteljev pri zagotavljanju kakovosti vrtca. V *Kompetence vzgojitelja – izzivi, izkušnje, spoznanja* (str. 6–12). Ljubljana: MiB.

10 PRILOGE

ANKETNI VPRAŠALNIK

Spoštovani vzgojitelj, spoštovana vzgojiteljica!

Sem Nuša Verdev in zaključujem študij Predšolska vzgoja na Pedagoški fakulteti v Ljubljani. Prosim Vas, da spodnji vprašalnik iskreno izpolnujete za skupino, v kateri ste delali v šolskem letu 2016/17, ter mi s tem pomagate pridobiti podatke, ki jih potrebujem pri pisanju diplomskega dela z naslovom Analiza izvajanja planinskih vsebin v vrtcu. Vprašalnik je anonimen, pridobljeni podatki pa bodo uporabljeni izključno v raziskovalne namene.

Hvala!

1. V katero starostno obdobje sodi skupina, ki ste jo letos vodili?
 - a) 1. starostno obdobje
 - b) 2. starostno obdobje
2. Obkrožite, kako pogosto ste se v tem šolskem letu podali na sprehod po bližnji okolici vrtca.
 - a) Do trikrat mesečno.
 - b) Enkrat tedensko.
 - c) Dva- do trikrat tedensko.
 - d) Štiri- do petkrat tedensko.
3. Kolikokrat ste se v tem šolskem letu odpravili na daljši izlet oz. na izlet, pri katerem je otrokov napor presegal njegovo vsakodnevno obremenitev in ste naredili vsaj 150 m višinske razlike v eno smer?
 - a) Nikoli.
 - b) Enkrat.
 - c) Dvakrat.
 - d) Trikrat.
 - e) Štirikrat.
 - f) Več kot štirikrat.
4. Kolikokrat ste v tem šolskem letu izvedli orientacijski izlet?
 - a) Nikoli.
 - b) Enkrat.
 - c) Več kot enkrat.

5. Kolikokrat ste v tem šolskem letu izvedli plezanje na umetni ali naravni plezalni steni (s tem je mišljeno organizirano plezanje in ne plezanje na vsakodnevno dostopnih igralih)?
- Nikoli.
 - Enkrat.
 - Več kot enkrat.

6. Obkrožite, kako pogosto ste v tem šolskem letu obravnavali spodaj naštete vsebine. Pomen števil: 1 = Tega nismo izvajali. 2 = O tem smo se enkrat pogovarjali. 4 = O tem smo se večkrat pogovarjali. 5 = To smo utrjevali, otroci so imeli s tem stik vsak dan (npr. markacija je bila na oglasni deski cel mesec, v kotičku so imeli planinsko opremo).

Spoznavanje markacije	1	2	4	5
Planinska oprema	1	2	4	5
Priprava na izlet (spremljanje vremena, priprava nahrbtnika, prehrana)	1	2	4	5
Bonton v gorah (proženje kamenja, pozdravljanje, trganje cvetlic, kričanje, pomoč drugim)	1	2	4	5

7. Vrtec je zgrajen v okolju, ki nam omogoča hojo v hrib brez predhodne vožnje do vznožja (hrib se nahaja v radiju treh kilometrov od vrtca).
- DA
 - NE
8. Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili z NE, pri tem vprašanju obkrožite, kakšen prevoz morate uporabiti, da se pripeljete do prve vzpetine, primerne za vzpon otrok nanjo.
- Mestni avtobus.
 - Primestni avtobus.
 - Avtobusni prevoz moramo posebej organizirati.
9. Koliko vzpetin, primernih za vzpon otrok nanje, z izhodiščem pri vrtcu, se nahaja v bližnji okolici vašega vrtca?

-
10. Pomislite na hrib v okolici vrtca, ki se vam zdi najbolj primeren, da bi ga obiskali z otroki, in ga ocenite od 1 do 5. Hrib ocenite s 5, če ga je možno obiskati po različnih poteh in lahko izlet naredite po krožni poti, če je pot nanj planinska, markirana (ima

smerokaze, markacije) in ne vodi po cestah, če je na vrhu prostor, kjer se lahko izvede pedagoški proces oz. se lahko otroci sprostijo in igrajo, ali je na vrhu planinska koča, vpisna knjiga, žig. Če teh pogojev ni, vrh ocenite z 1, če pa nekaterim pogojem ustreza, vsem pa ne, pa primernost ocenite s številka 2 in 4.

- a) 1
- b) 2
- c) 4
- d) 5

11. Ali bi vodstvo vrtca vašo željo podprlo in vam (časovno in finančno) omogočilo pridobitev izobrazbe, če bi želeli pridobiti strokovno izobrazbo na področju planinstva in se udeležiti kakšnega planinskega izobraževanja (mentor planinske skupine, planinski vodnik)? Opišite.

12. Ali bi vodstvo vrtca finančno podprlo idejo oz. priskrbelo denar zanjo iz kakšnih projektov in iz drugih virov, če bi želeli skupini otrok v vrtcu ponuditi izlet na oddaljen vrh, kamor bi bilo treba organizirati prevoz oz. bi želeli otrokom ponuditi večdnevno planinsko izkušnjo (spanje na koči, planinski tabor), obisk Slovenskega planinskega muzeja itd.?

13. Ali vodstvo vrtca planinskim dejavnostim namenja posebno pozornost? Npr. planinstvo je izpostavljeno v letnem delovnem načrtu vrtca, na vzgojiteljskih zborih, kolektivih, ponujeno je kot dodatna ali obogatitvena dejavnost v vrtcu ... Opišite.

14. Obkrožite, v kolikšni meri se strinjate s spodaj naštetimi trditvami:

Pomen števil: 5 = Se popolnoma strinjam. 4 = Se strinjam. 2 = Se ne strinjam. 1 = Se nikakor ne strinjam.

Otrok na planinskem izletu pomembno bolje razvija socialne stike kot pri socialnih oz. didaktičnih igrah, katerih cilj je razvijanje socialnih stikov.	5	4	2	1
Otrok na planinskem izletu pomembno bolje razvija svojo vzdržljivost kot pri igrah v telovadnici, kjer je cilj razvijanje vzdržljivosti.	5	4	2	1
Otrok na planinskem izletu/taboru pomembno bolje skrbi zase in za svoje stvari kot za svoje igrače, ki jih prinese v vrtec.	5	4	2	1

15. Ali ste v tem šolskem letu sledili programu Ciciban planinec in z otroki izpolnjevali dnevnik Ciciban planinec?

- a) DA
- b) NE

16. Ali vrtec sodeluje s planinskim društvom v kraju, kjer se nahaja?

- a) DA
- b) NE

17. Imajo otroci iz vaše skupine poravnano članarino pri planinskem društvu?

- a) DA
- b) NE

18. Ali ste izvajali planinski del programa Mali sonček?

- a) DA
- b) NE

19. Ali imate kakšen planinski naziv? Katerega (npr. mentor planinske skupine, planinski vodnik, mladinski voditelj)?
