

Povezave med gibalno dejavnostjo in razvitostjo socialnih spretnosti pri otroku

Connection between physical activity and level of social skills in children

Joca Zurc

Visoka šola za zdravstveno nego
Jesenice, Spodnji Plavž 3,
4270 Jesenice, Slovenija

Korespondenca/ Correspondence:

doc. dr. Joca Zurc, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice, Spodnji Plavž 3, 4270 Jesenice, Slovenija, e-pošta: jzurc@vszn-je.si, tel: +386 4 5869 362; +386 31 747 239, fax: +386 4 5869 363, spletna stran: <http://www.vszn-je.si/>

Ključne besede:

otrokov razvoj, pogostost gibalne dejavnosti, drugo vzgojno-izobraževalno obdobje osnovne šole, socialno-demografske razlike, multipla regresijska analiza

Key words:

child development, frequency of physical activity, second educational cycle of primary school, socio-demographic differences, multiple regression analysis

Citirajte kot/Cite as:

Zdrav Vestn 2012;
81: 847–60

Prispelo: 14. maj 2012,
Sprejeto: 4. okt. 2012

Izvilleček

Izhodišča: Da bi lahko prepoznali in razumeli vlogo gibalne dejavnosti v otrokovem razvoju, je nujno proučevati povezave med razvojnimi značilnostmi in gibalnim vedenjskim slogom otrok. Slednje je dobro dokumentirano na področju telesnega razvoja, malo pa vemo o pomenu gibalne dejavnosti za socialni razvoj. Namen raziskave je bil zato proučiti povezave med razvitostjo otrokovih socialnih spretnosti in gibalno dejavnostjo.

Metode: Empirična raziskava temelji na kvantitativnem raziskovalnem pristopu. Z metodo večstopenjskega slučajnostnega vzorčenja populacije slovenskih otrok drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole je bilo v raziskavo vključenih 1782 otrok povprečne starosti 10,4 leta. Gibalna dejavnost je bila proučevana s strukturiranim vprašalnikom, stopnja razvitosti socialnih spretnosti pa s testom Social Skills Rating System. Podatki so bili obdelani v statističnim programu SPSS 20.0 z metodo multiple regresijske analize.

Rezultati: Na proučevanem vzorcu prevladuje neorganizirana gibalna dejavnost s prijatelji in sam doma, organizirano gibalno dejavnih je tretjina, s povprečnim trajanjem 2,5 let. Med gibalnimi nedejavnostmi je najpogostejše gledanje televizije. Na področju razvoja socialnih spretnosti prevladuje starostno pričakovana razvitost (60,8%), deklice imajo statistično značilno socialne spretnosti bolj razvite od dečkov ($p < 0,001$). Multipla regresijska analiza je pokazala, da je gibalna dejavnost statistično značilno povezana z razvitostjo socialnih spretnosti pri desetletnem otroku ($F = 14,056$, $p < 0,001$) in pojasnjuje 24% variance skupnega prostora. Razvitost socialnih spretnosti je statistično značilno večja pri deklicah ($\beta = -0,256$, $p < 0,001$) in narašča s trajanjem vključenosti v organizirano gibalno dejavnost ($\beta = 0,173$, $p < 0,001$), s pogo-

stostjo gibalne dejavnosti v družini ($\beta = 0,160$, $p < 0,001$) in s pogostostjo gibalne dejavnosti v športnih klubih/društvih ($\beta = 0,126$, $p = 0,002$).

Zaključki: Ugotovitve kažejo na povezave med gibalno dejavnostjo in razvojem otrokovih socialnih spretnosti, kot so sodelovanje, izražanje, empatija in samokontrola. Rezultati raziskave nudijo izhodišča za pripravo programov gibalne dejavnosti, ki bodo spodbujali otrokov razvoj.

Abstract

Background: Recognizing and understanding the role of physical activity in child development is necessarily in order to study the connection between children's developmental characteristics and physical activity. This has been well documented in previous research for physical development; however, little is known about the role of physical activity in children's social development. The aim of this research was to study the connection between the level of children's social skills and physical activity.

Methods: An empirical study based on quantitative research design was undertaken. A total of 1,782 children (mean age 10.4) were selected with multilevel random sampling from a population of students attending the second educational cycle of Slovene primary schools. Physical activity was examined using a structured questionnaire, and the level of social skills was assessed using the Social Skills Rating System. The data were analyzed in SPSS 20.0 with multiple regression analysis.

Results: Non-organized physical activity with friends and when home alone was most frequent in the studied sample. A third of children were active in organized physical activities with a mean duration of 2.5 years. Watching television was the most frequent sedentary pursuit. In social skills, expected maturity level was the

Financer raziskave: Javna agencija za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije (šifra projekta: Z5-9182)

most common predictor (60.8%), with female students significantly outperforming their male counterparts ($p < 0.001$). Multiple regression analysis results revealed that physical activity has a significant influence on children's level of social skills ($F = 14.056$, $p < 0.001$) and explained 24% of variance. Social skill development is significantly higher among female students compared to male students ($\beta = -0.256$, $p < 0.001$), and increases with the duration of organized physical activity involvement ($\beta = 0.173$, $p < 0.001$), the frequency of physical activity in the family

($\beta = 0.160$, $p < 0.001$), and with the frequency of physical activity in sport clubs ($\beta = 0.126$, $p = 0.001$).

Conclusions: The results reveal a connection between physical activity and children's level of social skills in areas such as cooperation, assertion, empathy and self-control. Research results provide the starting point for creating physical activity programs, which will promote child development.

Uvod

Razlike v otrokovem razvoju in zdravju povzročajo dejavniki, ki so prirojeni ali pa izvirajo iz izkušenj, ki jih posameznik pridobiva, najpogosteje pa so posledica obojega. Gibalna dejavnost je eden najpomembnejših zunanjih dejavnikov razvoja, ki ob dednosti usmerjajo človekov razvoj od rojstva od smrti. Raziskave vedno bolj poudarjajo pomen gibalne dejavnosti za daljše in kakovostnejše življenje.^{1,2} Da bi lahko prepoznali in razumeli vlogo gibalne dejavnosti v otrokovem razvoju, je nujno proučevati povezave med razvojnimi značilnostmi in gibalnim vedenjskim slogom otrok. Slednje je dobro dokumentirano na področju vloge gibanja na telesni razvoj, saj so raziskave dokazale, da redno in kakovostno gibanje pri otroku povečuje aerobno zmogljivost, uravnava krvni tlak in krvne maščobe, pospešuje učinkovito delovanje srca in pljuč, zmanjšuje preveliko telesno maso in debelost, preprečevalno deluje proti pojavom okužb dihal in pljučnih bolezni ter dviga raven zdravja skeleta.³⁻⁸ Izkazana je tudi vloga gibanja na gibalni razvoj, v okviru katerega je pomemben predvsem razvoj koordinacije.⁹ Malo pa je poznanega o pomenu gibalne dejavnosti na socialni razvoj otroka. Prve raziskave na tem področju so bile narejene v osemdesetih in devetdesetih letih 20. stoletja. Osredinile pa so se predvsem na vlogo organizirane gibalne dejavnosti na razvoj pozitivnega individualnega značaja, povečanje socialnih spretnosti, šolske uspešnosti in ambicij, zmanjšanje odklonskega vedenja, razvoj trajnih socialnih in političnih vrednot, razvoj želje po dosežkih in na moralni

razvoj.¹⁰ Avtorji poudarjajo, da je gibalna dejavnost pomemben dejavnik otrokovega socialnega razvoja in procesa socializacije, vendar sorazmerno ni znano, kako ta proces poteka v podrobnostih.¹¹

Ker so vse oblike gibalnih dejavnosti družbeno konstruirane, kar pomeni, da vključujejo dinamične družbene procese, imajo pomembno vlogo v otrokovi socializaciji. Po Durkheimovi teoriji je gibalna dejavnost dejavnik ustvarjanja socialne kohezije in solidarnosti. Po Marxovi teoriji pa gibalna dejavnost velja kot sredstvo družbene moči v vsakem zgodovinskem trenutku.¹² Danes gibalni dejavnosti pripisujejo pomen pri zmanjševanju delikventnega vedenja,¹³ povečanju delovnih navad, šolske uspešnosti¹⁴ in nadzoru lastnega vedenja,¹⁵ kar so pogoji za dobre odnose z vrstniki in otrokovo večjo sprejemljivost v družbenem okolju. Gibalna dejavnost je eden temeljnih dejavnikov otrokovega psiho-socialnega razvoja in zdravja,^{16,17} in sicer so ključnega pomena priložnosti gibalne dejavnosti, ki se izvajajo zunaj rednega pouka šolske športne vzgoje.¹⁷ Otroci, ki se gibalno udeležujejo v prostem času, imajo bolj razvite socialne spretnosti v otroštvu v primerjavi z otroki, ki niso gibalno dejavni v organiziranih priložnostih.¹⁸ Raziskovalni izsledki poudarjajo pomen neorganizirane gibalne dejavnosti. Kremer-Sadlik in Kim tako pišeta, da so neformalne neorganizirane gibalne dejavnosti (na primer igra na domačem dvorišču) celo bolj pomembne v procesu otrokove socializacije kot udeleževanje v organiziranem športu. Razlagata, da neformalne oblike gibanja ustvarjajo situa-

cije, v katerih starši socializirajo svoje otroke glede na ustreznost ali neustreznost njihovega vedenja. Te dejavnosti tudi ponujajo otroku možnosti za sodelovanje v skupini, izražanje in sklepanje prijateljstev.¹⁹ Pomen gibalne igre na prostem za razvoj socialnih spretnosti navaja tudi Bundy s sodelavci.²⁰ Avtorji so zasnovali intervencijski program gibalne igre na otroškem igrišču, da bi povečali otrokovo gibalno dejavnost in razvitost socialnih spretnosti. Navajajo izsledke dosedanjih raziskav, s katerim utemeljijo povezavo med gibalno dejavnostjo in duševnim zdravjem ter počutjem, saj gibanje omogoča razvoj socialnih spretnosti za soočanje s težavami, razvija notranjo pristojnost in izboljšuje podobo o sebi. Kvantitativna sinteza 73 raziskav, ki so proučevale povezave med gibanjem otrok in njihovim duševnim zdravjem, je pokazala majhen, vendar statistično značilen vpliv zmerne gibalne dejavnosti na izboljšanje duševnega zdravja pri vseh otrocih.²¹ Griffiths s sodelavci pa je proučeval povezave med udejstvovanjem v športu in čustvenimi ter vedenjskimi težavami na vzorcu 13.470 petletnih otrok v Veliki Britaniji. Presečna raziskava je pokazala, da imajo deklice in dečki, ki so vključeni v športne klube, manj težav z vodljivostjo, hiperdejavnostjo in odnosi z vrstniki ter boljše prosocialno vedenje. Avtorji so poudarili, da obstaja povezava med športnim udejstvovanjem in boljšim duševnim zdravjem, vendar pa so potrebne nadaljnje raziskave, ki bi natančneje opredelile možno vlogo različnih oblik gibalnih dejavnosti v preprečevanju motenj duševnega zdravja.²²

Otroci, ki v gibalnih in športnih spretnostih zaostajajo, se gibalnim dejavnostim večinoma izogibajo in se opredeljujejo za prostočasne dejavnosti brez gibanja, kot sta npr. gledanje televizije in branje, kar jih počasi, a vztrajno pelje v osamitev (stran od družbe drugih otrok). Ti otroci so označeni kot sramežljivi, introvertirani in samotarski, izražajo več žalosti in negativizma med igro z drugimi otroki, se hitreje razjezijo in uporabljajo manj učinkovito strategijo reševanja sporov. Skromni vrstniški odnosi v otroštvu lahko vplivajo tudi na kasnejšo neprilagojenost v socialnem vedenju²³ in napovedujejo kasnejši socialni status med vrstniki, kajti

pomen gibalne dejavnosti pri uveljavljanju v družbi sovrstnikov narašča od vstopa v šolo in postane zlasti pomemben v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju osnovne šole, še posebej pri deklicah.¹⁶ Pravočasni ukrepi gibalne dejavnosti na začetku šolanja lahko presekajo začarani krog slabih motoričnih sposobnosti, ki so povezane s slabim psihosocialnim zdravjem, ter spodbudijo vključitev v redno gibalno udejstvovanje.¹⁷

Na osnovi dokazanega pomena gibalne dejavnosti za otrokovo psihosocialno zdravje in razvoj je bil namen empirične raziskave proučiti razvitost otrokovih socialnih spretnosti v obdobju poznega otroštva, njegovo gibalno dejavnost ter ugotoviti povezave med gibalno dejavnostjo in socialnimi spretnostmi. Cilji raziskave so bili:

C1 Ugotoviti razvitost socialnih spretnosti in značilnosti gibalne dejavnosti slovenskih otrok drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovnih šol v Sloveniji.

C2 Proučiti statistično značilne razlike in povezave v gibalni dejavnosti in socialnih spretnostih glede na spol, starost in kraj bivanja otrok drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole.

C3 Proučiti povezave med gibalno dejavnostjo in stopnjo razvitosti socialnih spretnosti pri otroku z vidika deleža pojasnjevanja vloge gibalne dejavnosti in povezav med posameznimi spremenljivkami v regresijskem modelu.

Predvidevali smo:

H1: Obstajajo statistično značilne razlike v gibalni dejavnosti in v razvitosti socialnih spretnosti pri otroku drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole glede na njegov spol, starost in kraj bivanja. Dečki in učenci matičnih šol so statistično značilno bolj pogosto gibalno dejavni v organizirani obliki, deklice in učenci podružničnih šol pa v neorganizirani obliki. S starostjo statistično značilno narašča gibalna nedejavnost. Deklice imajo statistično značilno bolj razvite socialne spretnosti v primerjavi z dečki.

H2: Gibalna dejavnost je statistično značilno povezana s stopnjo razvitosti otrokovih socialnih spretnosti. S povečevanjem gibalne dejavnosti se povečuje razvitost otrokovih socialnih spretnosti.

Metode

Predstavljena empirična raziskava temelji na neeksperimentalni kvantitativni metodi dela. Raziskava je bila izvedena kot podoktorski temeljni znanstveno–raziskovalni projekt z naslovom »Vloga gibalne dejavnosti v otrokovem socialnem razvoju v obdobju poznega otroštva«, v obdobju od 1. 1. 2007 do 31. 12. 2008 na Znanstveno–raziskovalnem središču Koper Univerze na Primorskem.²⁴ Odgovorna nosilka in izvajalka raziskave je bila avtorica pričujoče študije. Naročnik in financer raziskave je bila Javna agencija za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije (šifra projekta: Z5–9182).

Opis vzorca merjencev

V raziskavo je bil izbran vzorec 2.192 slovenskih otrok, ki so šolskem letu 2006/2007 obiskovali 4.–5. razred osemletke in 4.–6. razred devetletke. V raziskavo je bilo vključenih 16 osnovnih šol z vsemi podružničnimi šolami. Vzorčni okvir so predstavljale vse osnovne šole v Republiki Sloveniji. Metoda vzorčenja je bila večstopenjska, in sicer slučajnostno tristopenjska. Z metodo naključnega izbora so bile iz vseh dvanajstih slovenskih statističnih regij glede na velikost regije izbrane tri osnovne šole iz Osrednjeslovenske regije, po dve osnovni šoli iz Podravske in Savinjske regije ter po ena osnovna šola iz Pomurske, Koroške, Zasavske, Spodnjeposavske, Jugovzhodno slovenske, Gorenjske, Notranjsko–kraške, Obalno–kraške in Goriške regije. V naključno izbranih osnovnih šolah so bili na drugi stopnji vzorčenja izbrani razredi, ki pokrivajo starostno obdobje mlajšega šolarja. Izbrani so bili razredi od 4. do 6. razreda devetletke in od 4. do 5. razreda osemletke, katerih vodstva izbranih šol in razredniki izbranih razredov so pristopili k sodelovanju v raziskavi. Na tretji stopnji vzorčenja so bili izbrani vsi učenci teh razredov, katerih starši so podali soglasje k sodelovanju v raziskavi in ki so bili na dan in uro izvedbe raziskave prisotni v razredu. Končni vzorec v raziskavo vključenih otrok, s katerimi podatki operiramo v nadaljevanju, predstavlja 1.782 otrok, od tega 52 % deklic in 48 % dečkov, povprečne starosti $10,40 \pm 0,93$ let. 57 % otrok je obiskovalo

četrti razred, 37,3 % peti razred in 5,7 % šesti razred. Iz matičnih osnovnih šol je prihajalo 86,6 % otrok in iz podružničnih osnovnih šol 13,4 %. Realizacija vključenega vzorca je bila 81,3 %. Za 18,7 % otrok bodisi starši niso dali soglasja za sodelovanje v raziskavi, bodisi da na dan izvedbe raziskave niso bili prisotni v šoli ali pa niso izpolnili vseh merskih instrumentov. Dobljeni podatki so posplošljivi za populacijo otrok drugega vzgojno–izobraževalnega obdobja osnovne šole v Republiki Sloveniji.

Opis vzorca spremenljivk in merskega instrumenta

Podatki o gibalni dejavnosti so bili zbrani s strukturiranim anketnim vprašalnikom, ki smo ga sestavili sami na osnovi dosedanjih raziskav.^{25–28,7,4–5} Proučevane spremenljivke gibalne dejavnosti so bile: pogostost gibanja v različnih oblikah (samostojno, z družino, prijatelji, v športnem klubu, šolskem krožku), dolžina dosedanje vključenosti v organizirano gibalno dejavnost, pogostost pešačenja v šolo, gibalna dejavnost matere in očeta, pogostost gibalne nedejavnosti, izražene s količino gledanja televizije, uporabe računalnika in igranja digitalnih iger na dan. Spremenljivke socialno–demografskih značilnosti so vključevale: spol, starost, razred in vrsta šole (matična šola v mestnih/krajevnih središčih ali podružnična šola v predmestjih/na vaseh). Vsa vprašanja o gibalni dejavnosti so bila zaprtega tipa. Deset spremenljivk je bilo intervalnih z ocenjevalnimi lestvicami od 1–3, 1–5 in 1–8, pri čemer je vrednost 1 pomenila najnižjo prisotnost ali neprisotnost določenega merila in najvišja vrednost njegovo največjo prisotnost. Dve spremenljivki sta bili razmernostni (dosedanja organizirana gibalna dejavnost (meseči) in pogostost pešačenja v šolo (število/teden)).

Za ugotavljanje stopnje razvitosti otrokovih socialnih spretnosti je bil uporabljen standardizirani test »Social Skills Rating System« (SSRS),²⁹ ki smo ga prevedli in priredili v slovenski jezik. Test je vključeval 34 trditev s tristopenjsko oceno. Interpretacija testa je bila na štirih lestvicah: sodelovanje z drugimi, izražanje (odprtost, vključevanje

v skupino), empatija in samokontrola. Dosedanje raziskave so dokazale odlično notranjo konsistentnost, statistično veljavnost, zanesljivost in objektivnost navedenega testa.²⁹⁻³² Walthall s sodelavci je ugotovil, da je test primeren za deklice in dečke ter različne etnične skupine.³¹

Oba uporabljena merska instrumenta sta bila s pilotno študijo testirana na eni izmed gorenjskih osnovnih šol (matična šola s podružnico) z vidika veljavnosti, zanesljivosti, objektivnosti in občutljivosti merjenja ter na osnovi dobljenih rezultatov izboljšana in standardizirana za uporabo na populaciji slovenskih otrok drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole. V pilotni študiju je sodelovalo 151 otrok. Cronbachov koeficient alfa je pokazal visoko interno konsistentnost obeh merskih instrumentov, in sicer je znašal za SSRS test 0,851 in za vprašalnik o gibalni dejavnosti merjenecv 0,841.

Potek izvedbe raziskave in etični vidiki

Zbiranje podatkov je bilo izvedeno od 26. aprila do 22. junija 2007. Izvedba anketiranja je potekala v času šolskega pouka v šolskih prostorih za ves razred hkrati, pri čemer je vprašalnike vsak otrok izpolnjeval samostojno in individualno. Povprečen čas izpolnjevanja anketnega vprašalnika o gibalni dejavnosti je bil 20–30 minut in čas testiranja s SRSS testom 15–20 minut. Čas izvedbe raziskave je bil predhodno dogovorjen z vodstvi šol in razredniki. Anketiranci so se lahko kadarkoli med izpolnjevanjem vprašalnikov obrnili na izvajalko raziskave, ki je vodila izvedbo vseh anketiranj in je bila prisotna v razredu.

Raziskava temelji na upoštevanju etičnih vidikov raziskovanja, ki vključujejo raziskave na ljudeh, v skladu z načeli Helsinško-Tokijske deklaracije. Postopek zbiranja in varovanja osebnih podatkov je bil izveden v skladu z zahtevami Zakona o varstvu osebnih podatkov.³³ Etične vidike raziskave je ovrednotil tudi znanstveni svet Javne agencije za raziskovalno dejavnost RS v postopku ocenjevanja prijave projekta.³⁴ Glede na prostovoljno in anonimno udeležbo otrok,

tematiko proučevanja, ki ni vključevala občutljivih etičnih vprašanj, ter način zbiranja podatkov, Univerza na Primorskem pred izvedbo raziskave ni zahtevala obravnave na Komisiji RS za medicinsko etiko. Starši oz. zakoniti zastopniki vseh udeleženih otrok so pred pričetkom izvedbe raziskave podpisali pisno soglasje za sodelovanje svojega otroka v raziskavi. Zaveštno privolitev za sodelovanje v raziskavi je podpisal tudi vsak otrok sam.

Metode analize podatkov

Zbrani podatki o gibalni dejavnosti in socialnih spretnostih so bili obdelani s statističnim paketom SPSS 20.0 z vidika opisne statistike, bivariatne analize razlik (t-test za neodvisne vzorce, Pearsonov hi-kvadrat test), bivariatne analize povezanosti (Spearmanov koeficient korelacije) in multiple regresijske analize, s katero so se ugotovljale povezave med razvitostjo socialnih spretnosti in značilnostmi gibalne dejavnosti. Za statistično značilne smo upoštevali rezultate s stopnjo statistične značilnosti na ravni 0,05 in manj. Predpostavke za izračun multiple linearne regresije³⁵ so bile preverjene z opisno statistiko (koeficienti asimetričnosti in sploščenosti), Kolmogorov-Smirnovim testom normalnosti porazdelitve in razsevnim grafikonom za preverjanje predpostavke linearnosti zveze.

Rezultati

Tabela 1 kaže, da je na vsa vprašanja gibalne dejavnosti in razvitosti socialnih spretnosti odgovoril visok delež anketiranih otrok, in sicer od 96 % do 98 % realizacije celotnega anketiranega vzorca ($n = 1782$), razen pri vprašanju o dosednji vključenosti v organizirano gibalno dejavnost, na katerega je odgovorila tretjina anketiranih otrok (34,5 %), ki so se označili za organizirano gibalno dejavne. Tristopenjska ocenjevalna lestvica pogostosti gibalne dejavnosti je pokazala, da so bili proučevani otroci najbolj pogosto gibalno dejavni neorganizirano, s prijatelji (Povp = 2,43), sledila je gibalna dejavnost sam doma (Povp = 2,36) in šele na tretjem mestu organizirana gibalna dejavnost v šol-

skih krožkih (Povp = 2,25). Najmanj pogosto so bili otroci gibalno dejavni organizirano v športnem klubu ali društvu (Povp = 1,91), kjer pa je opaziti tudi največja razhajanja med pogosto dejavni in nedejavnimi (SD = 0,92). Povprečno so bili anketirani

otroci doslej vključeni v organizirano gibalno dejavnost 2 leti in 5,6 mesecev, pri čemer je zaznati visoko razpršenost v odgovorih (SD = 1 leto in 9 mesecev). Dvakrat na teden so povprečno hodili v šolo peš (Povp = 1,85). Petstopenjska ocenjevala lestvica gibalne de-

Tabela 1: Opisna statistika porazdelitve spremenljivk gibalne dejavnosti ter razvitosti socialnih spretnosti pri slovenskih otrocih.

	N (%)	Povp (SD)	Spol (1–deček, 2–dekljica) t (p)	Starost r (p)	Šola (1–matična, 2–podružnična) t (p)
Pogostost gibalne dejavnosti sam doma (1–nikoli...3–pogosto)	1734 (97,31)	2,36 (0,61)	-1,093 (0,275)	0,018 (0,455)	0,445 (0,656)
Pogostost gibalne dejavnosti v družini (1–nikoli...3–pogosto)	1724 (96,75)	2,17 (0,64)	-2,683 (0,007)	0,001 (0,996)	-1,998 (0,046)
Pogostost gibalne dejavnosti s prijatelji (1–nikoli...3–pogosto)	1730 (97,08)	2,43 (0,62)	3,287 (0,001)	-0,023 (0,345)	1,058 (0,290)
Pogostost gibalne dejavnosti v šolskih krožkih (1–nikoli...3–pogosto)	1712 (96,07)	2,25 (0,75)	-1,410 (0,159)	-0,003 (0,913)	1,692 (0,092)
Pogostost gibalne dejavnosti v športnem klubu/društvu (1–nikoli...3–pogosto)	1721 (96,58)	1,91 (0,92)	4,090 (< 0,001)	0,008 (0,739)	2,323 (0,020)
Dosedanja vključenost v organizirano gibalno dejavnost (mesece)	614 (34,46)	29,64 (21,23)	0,867 (0,386)	0,057 (0,161)	1,145 (0,253)
Pogostost pešačenja v šolo na teden (število dni v tednu)	1744 (97,87)	1,85 (2,31)	-0,546 (0,585)	-0,029 (0,224)	1,844 (0,066)
Pogostost gibalne dejavnosti matere (1–nikoli...5–vsak dan)	1743 (97,81)	3,66 (1,09)	0,046 (0,963)	0,054 (0,025)	1,347 (0,179)
Pogostost gibalne dejavnosti očeta (1–nikoli...5–vsak dan)	1725 (96,80)	3,78 (1,17)	-1,715 (0,086)	0,073 (0,003)	1,240 (0,216)
Pogostost gledanja televizije/DVD na dan (1–šest in več ur...8–skoraj nikoli)	1746 (97,98)	5,11 (1,66)	-4,008 (< 0,001)	-0,077 (0,001)	-0,083 (0,934)
Pogostost uporabe računalnika na dan (1–šest in več ur...8–skoraj nikoli)	1733 (97,25)	5,90 (1,69)	-10,855 (< 0,001)	-0,094 (< 0,001)	-1,133 (0,258)
Pogostost igranja digitalnih iger na dan (1–šest in več ur...8–skoraj nikoli)	1732 (97,19)	6,03 (1,75)	-13,943 (< 0,001)	0,010 (0,670)	-0,628 (0,530)
Sodelovanje (število točk na SRSS testu: 0–48 točk)	1729 (97,03)	33,72 (6,22)	-12,241 (< 0,001)	-0,015 (0,540)	1,019 (0,308)
Izražanje (število točk na SRSS testu: 0–48 točk)	1733 (97,25)	35,53 (6,15)	-12,136 (< 0,001)	-0,013 (0,591)	1,354 (0,176)
Empatija (število točk na SRSS testu: 0–48 točk)	1733 (97,25)	33,86 (5,89)	-11,032 (< 0,001)	-0,035 (0,143)	0,943 (0,346)
Samokontrola (število točk na SRSS testu: 0–48 točk)	1736 (97,42)	37,19 (5,85)	-13,901 (< 0,001)	-0,010 (0,689)	0,647 (0,518)
Združena spremenljivka – Razvitost socialnih spretnosti (skupaj točk: 0–192)	1725 (96,80)	140,31 (23,29)	-12,733 (< 0,001)	-0,019 (0,440)	1,029 (0,304)

Legenda: N – število odgovorov na posamezno vprašanje, % – odstotek realizacije odgovorov glede na celoten vzorec (n=1782), Povp – povprečna vrednost, SD – standardni odklon, p – vrednost statistične značilnosti, t – koeficient t-testa za neodvisne vzorce, r – Spearmanov koeficient korelacije

javnosti staršev po oceni otroka je pokazala, da so otroci nekoliko višje ocenili gibalno dejavnost očetov (Povp = 3,78) v primerjavi z materami (Povp = 3,66). Statistično značilne razlike v oceni gibalne dejavnosti očetov in mater s strani otrok je potrdil Pearsonov hi-kvadrat test ($p < 0,001$). Osemstopenjska ocenjevalna lestvica treh gibalnih nedejavnosti pa je pokazala, da je dnevno gledanje televizije največji dejavnik gibalne nedejavnosti desetletnih otrok (Povp = 5,11), sledi delo na računalnik (Povp = 5,90) in na tretjem mestu pogostost igranja digitalnih iger (Povp = 6,03). Pri vseh treh spremenljivkah, ki so merile gibalno nedejavnost, je bila ocenjevalna lestvica obrnjena, kar pomeni, da je vrednost 1 predstavljala največjo gibalno nedejavnost in vrednost 8 najmanjšo gibalno nedejavnost. Razpršenost odgovorov se je pri vseh treh merjenih spremenljivkah gibalne nedejavnosti gibala med 1,6 in 1,8 ocene ter kaže na dokajšnjo enotnost v odgovorih anketiranih.

Na področju razvoja socialnih spretnosti so rezultati testa SSRS pokazali, da je med vsemi proučevanimi socialnimi spretnostmi najbolj razvita samokontrola (Povp = 37,19), sledi spretnost izražanja (Povp = 35,53) in podobni razvitosti empatije (Povp = 33,86) in sodelovanja (Povp = 33,72). Primerjava dobljenih rezultatov s merili testa SSRS na vseh štirih merjenih lestvicah je pokazala,²⁹ da pri slovenskih otrocih glede na svetovno povprečje prevladuje povprečna, starostno pričakovana razvitost socialnih spretnosti (60,8 %), 26,6 % otrok je imelo nadpovprečno razvite socialne spretnosti in samo 12,6 % otrok je bilo razvojno pod pričakovano starostno stopnjo razvitosti socialnih spretnosti. Tabela 1 kaže tudi porazdelitev novo tvorjene združene spremenljivke – razvitost socialnih spretnosti, ki predstavlja seštevek rezultatov na vseh 4 proučevanih ocenjevalnih lestvicah, in smo jo v nadaljevanju kot reprezentativno spremenljivko stopnje razvitosti otrokovih socialnih spretnosti uvrstili v model multiple regresijske analize.

Glede na večje število opravljenih bivariatnih analiz smo izračunali popravke za večkratne primerjave na osnovi Bonferronievega pristopa, in sicer smo izbrano zgornjo mejo statistične značilnosti 0,05 delili s

številom vseh opravljenih bivariatnih analiz po posameznih socialno-demografskih značilnostih (po spolu, starosti, kraju bivanja) ($n = 17$) ter dobili vrednost 0,003. Pri navedeni vrednosti smo upoštevali razlike v gibalni dejavnosti in razvitosti socialnih spretnosti med skupinami za statistično značilne. Bivariatna analiza je tako pokazala statistično značilne razlike v gibalni dejavnosti glede na spol in starost; ni pa pokazala statistično značilnih razlik glede na kraj bivanja, ki ga določata obiskovanje matične šole (v mestih ali krajevnih središčih) in podružnične šole (v predmestjih in na vasi) (Tabela 1). Statistično značilne razlike v razvitosti posameznih in združene spremenljivke socialnih spretnosti pa obstajajo samo glede na spol. S prijatelji ($p = 0,001$) in v športnih klubih/društvih ($p < 0,001$) je statistično značilno bolj pogosto gibalno dejavnih več dečkov v primerjavi z deklicami. Pri vseh treh proučevanih spremenljivkah gibalne nedejavnosti je t-test za neodvisne vzorce pokazal statistično značilne razlike na ravni manj kot 1% tveganja v korist večje gibalne nedejavnosti dečkov v primerjavi z deklicami glede na pogostost dnevnega gledanja televizije, uporabe računalnika in igranja digitalnih iger. Spol prav tako statistično značilno na ravni manj kot 1% tveganja razlikuje otroke drugega vzgojnog-izobraževalnega obdobja glede na razvitost socialnih spretnosti. Socialne spretnosti sodelovanja, izražanja, empatije, samokontrole in združena spremenljivka razvitost socialnih spretnosti imajo statistično značilno bolj razvite deklice v primerjavi z dečki. Spearmanov koeficient korelacije je pokazal pozitivne in statistično značilne, a po jakosti izredno šibke povezave med starostjo otroka in pogostostjo gibalne dejavnosti očeta ($r = 0,073$, $p = 0,003$) ter statistično značilne, negativne in šibke povezave med starostjo in količino dnevnega gledanja televizije ($r = -0,077$, $p = 0,001$) in uporabe računalnika ($r = -0,094$, $p < 0,001$).

Spremenljivka spol, ki je pokazala največ (10) statistično značilnih povezav s proučevanimi spremenljivkami otrokove gibalne dejavnosti in razvitosti socialnih spretnosti, je bila zato vključena tudi v regresijski model (Tabela 2).

Regresijski model (Tabela 2) smo zasnovali z odvisno spremenljivko razvitost otrokovih socialnih spretnosti in vsemi 12 neodvisnimi spremenljivkami značilnosti otrokove prostočasne gibalne dejavnosti, ki so opisane v podpoglavju »Opis vzorca spremenljivk in merskega instrumenta«, ter neodvisno spremenljivko spol. Pred izračunom regresijskega modela smo preverili osnovne predpostavke za izračun multiple linearne regresije.³⁵ Izračuni koeficientov asimetričnosti in sploščenosti odvisne spremenljivke so se nahajali v intervalu med plus 1 in minus 1, kar kaže na njeno ustrezno variabilnost. Simetrična porazdelitev podatkov je bila ugotovljena tudi za neodvisne spremenljivke gibalne dejavnosti, medtem ko se je pokazala nekoliko večja sploščenost pri pogostosti gibalne dejavnosti v športnih klubih (-1,781), šolskih krožkih (-1,077) in

pešačenju v šolo na teden (-1,350). Kolmogorov-Smirnov test normalnosti porazdelitve je za vse vključene spremenljivke pokazal ustrezno porazdelitev ($p > 0,05$). Na podlagi grafične analize z razsevnim grafikonom je bila ugotovljena ustrezna linearna povezanost med posameznimi neodvisnimi spremenljivkami z odvisno spremenljivko. Nezadostno linearno povezanost je pokazala samo spremenljivka pogostost pešačenja v šolo na teden, ki je imela tudi večjo sploščenost podatkov, zato smo jo iz regresijskega modela izločili.

Iz dobljenih rezultatov statistike F-testa v Tabeli 2 vidimo, da je sistem proučevanih neodvisnih spremenljivk gibalne dejavnosti statistično značilno povezan z odvisno spremenljivko razvitosti socialnih spretnosti ($F = 14,056$, $p < 0,001$). Ničelno domnevo, da so vsi regresijski koeficienti enaki 0, lahko

Tabela 2: Povezanost med gibalno dejavnostjo in razvitostjo socialnih spretnosti.

Razvitost socialnih spretnosti (združena spremenljivka: sodelovanje, izražanje, empatija, samokontrola)	Nestandar – dizirani regresijski koeficienti (B)	Standar – dizirani regresijski koeficienti (Beta)	Regresijski model t-statistika
Konstanta	66,840		9,121**
Pogostost gibalne dejavnosti sam doma	1,772	0,048	1,233
Pogostost gibalne dejavnosti v družini	5,483	0,160	3,957**
Pogostost gibalne dejavnosti s prijatelji	3,378	0,095	2,431*
Pogostost gibalne dejavnosti v šolskih krožkih	2,328	0,075	1,929*
Pogostost gibalne dejavnosti v športnem klubu/društvu	3,272	0,126	3,063**
Dosedanja vključenost v organizirano gibalno dejavnost (meseči)	0,185	0,173	4,279**
Pogostost gibalne dejavnosti matere	1,390	0,060	1,358
Pogostost gibalne dejavnosti očeta	-0,995	-0,047	-1,087
Pogosto gledanja televizije/DVD na dan	1,186	0,085	1,980*
Pogostost uporabe računalnika na dan	0,478	0,035	0,729
Pogostost igranja digitalnih iger na dan	0,898	0,069	1,437
Spol	11,720	0,256	6,269**
R		0,492	
R ²		0,242	
Prilagojen R ²		0,225	
Značilnost modela (F test)		14,056**	

* raven statistične značilnosti je med 0,05 in 0,01

** raven statistične značilnosti je manjša od 0,01

zavrnamo. Regresijski model je smiseln. Determinacijski koeficient multiple regresije dosega vrednost 0,492 in pojasnjuje 24 % variance skupnega prostora med obravnavanimi spremenljivkami gibalne dejavnosti in razvitostjo socialnih spretnosti otroka. Delež pri pojasnjevanju rezultatov socialnih spretnosti ni zanemarljiv, še vedno pa obstaja 76 % variance prostora socialnega razvoja, ki ga z obravnavanimi spremenljivkami otrokove gibalne dejavnosti nismo mogli pokriti.

Statistično značilne povezave z odvisno spremenljivko kaže sedem (58,3 %) parcialnih koeficientov korelacije regresije, in sicer pogostost gibalne dejavnosti v družini ($\beta = 0,160$, $p < 0,001$), pogostost gibalne dejavnosti s prijatelji ($\beta = 0,095$, $p = 0,015$), pogostost gibalne dejavnosti v šolskih krožkih ($\beta = 0,075$, $p = 0,050$), pogostost gibalne dejavnosti v športnem klubu/društvu ($\beta = 0,126$, $p = 0,002$), dosedanja vključenost v organizirano gibalno dejavnost ($\beta = 0,173$, $p < 0,001$), pogostost gledanja televizije/DVD na dan ($\beta = 0,085$, $p = 0,048$) in spol ($\beta = -0,256$, $p < 0,001$). Velikosti standardiziranih parcialnih regresijskih koeficientov beta kažejo na šibke povezanosti in manjšo napovedovalno vrednost proučevanih neodvisnih spremenljivk z razvitostjo otrokovih socialnih spretnosti. Med vsemi se srednji močni povezanosti približuje samo spol. Povezava kaže na statistično značilno z manj kot 1% tveganjem večjo razvitost socialnih spretnosti pri deklicah. Kot najmočnejši dejavniki razvoja otrokovih socialnih spretnosti z vidika gibalne dejavnosti pa se kažejo dolžina vključenosti v organizirano gibalno dejavnost, pogostost gibalne dejavnosti v družini in pogostost gibalne dejavnosti v športnih klubih/društvih. Vse tri statistično značilne povezave so na ravni manj kot 1% tveganja in pozitivne, kar pomeni, da z naraščanjem pogostosti in rednosti tako organizirane (v športnih klubih/društvih) kot tudi neorganizirane (v družini) gibalne dejavnosti, narašča tudi razvitost socialnih spretnosti pri otroku.

Razpravljanje

Namen kvantitativne empirične raziskave je bil proučiti povezave med gibalno dejavnostjo in stopnjo razvitosti socialnih spretnosti na reprezentativnem slučajnostnem vzorcu 1782 slovenskih otrok drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole.

Rezultati so pokazali statistično značilne razlike v gibalni dejavnosti in v razvitosti socialnih spretnosti pri otroku drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole glede na njegov spol in starost. Prvo hipotezo lahko delno potrdimo, saj statistično značilnih razlik glede na kraj bivanja nismo ugotovili. Največ razlik je bilo ugotovljenih glede na spol. Za dečke je značilna večja organizirana gibalna dejavnost v športnih klubih in društvih ter tudi večja gibalna dejavnost, izražena v obliki pogostosti gledanja televizije, dela na računalnik in igranja digitalnih iger. Do podobnih rezultatov razlik med spoloma v uporabi računalnika in igranja digitalnih iger je prišel na vzorcu 7.292 finskih otrok tudi Punamaki s sodelavci, ki je ugotovil, da dečki bolj pogosto igrajo digitalne igre in uporabljajo internet v primerjavi z deklicami. S starostjo med 12. in 18. letom so razlike še naraščale. Razlike med spoloma v uporabi računalnika in digitalnih iger so avtorji pripisali različnim psihofiziološkim, psihološkim in socialnim razvojnim potrebam dečkov in deklic.³⁶ V nadaljevalni raziskavi na vzorcu 6.761 finskih otrok med 12. in 18. letom pa so ugotovili, da je igranje digitalnih iger pri dečkih sestavni del njihovega socialnega konteksta in je povezano tudi s slabšo zaznavo lastnega zdravja.³⁷

Dobljene rezultate o razlikah med spoloma v vključenosti v organizirano gibalno dejavnost potrjujejo rezultati dosedanjih raziskav na podobnih starostnih populacijah, ki kažejo večjo organizirano gibalno dejavnost pri dečkih in usmerjajo pozornost ter priporočila k intervencijam povečanja gibalne dejavnosti deklic.³⁸⁻⁴² Naša raziskava nakazuje nekoliko večjo neorganizirano gibalno dejavnost deklic v družini, za katero je predvidevati, da je povezana tudi z gibalno dejavnostjo njihovih staršev. Raziskava na vzorcu 2260 španskih adolescentov je

namreč pokazala, da so v primeru poročanja rednega gibalnega udejstvovanja obeh staršev, dečki dvakrat bolj gibalno dejavni, deklice pa celo trikrat bolj.⁴² Izpostaviti velja ugotovitev naše raziskave, da med vsemi proučevanimi oblikami gibalne dejavnosti pri otrocih drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole prevladuje gibalna dejavnost s prijatelji. Gesell Tesdahl in Ruchman navajajo, da imajo prijateljske vezi ključno vlogo pri oblikovanju vzorcev gibalne dejavnosti pri otroku med 5. in 12. letom starosti. Njihova raziskava je pokazala, da se količina otrokove zmerne do-intenzivne gibalne dejavnosti povečuje, zmanjšuje ali stabilizira glede na raven gibalne dejavnosti otrokovih prijateljev v priložnostnih dejavnostih.⁴³

Z vidika proučevanja socialno-demografskih dejavnikov starosti in kraja bivanja smo ugotovili, da s starostjo narašča pogostost gibalnih nedejavnosti. Upad gibalne dejavnosti s starostjo je bil ugotovljen tudi pri turških 11.–14. letnih otrocih.⁴¹ Pozitivna ugotovitev naše raziskave je, da kraj bivanja ne ločuje otrok v gibalni dejavnosti in razvitosti socialnih spretnosti. Opazne, a ne statistično značilne razlike nastopajo samo v obliki gibalne dejavnosti. Učenci matičnih šol težijo k večji vključitvi v organizirane gibalne dejavnosti v športnih klubih/društvih, učenci podružničnih šol pa k neorganiziranim gibalnim dejavnostim v družini. Durant s sodelavci je na vzorcu 12.–18.-letnih adolescentov ugotovil, da je dostop do športnih površin v šoli povezan s pogostostjo gibalne dejavnosti otrok v prostem času.⁴⁴ Podobno poročajo Nichol, Pickett in Janssen o povezavah med otrokovo zmerno gibalno dejavnostjo in številom rekreacijskih programov in možnosti. Učenci v šolah z več možnostmi gibalnega udejstvovanja so poročali o večji gibalni dejavnosti v času pouka in v prostem času. Povezave so bile ugotovljene pri deklicah in pri dečkih.⁴⁵ Predvidevati je, da imajo tudi otroci matičnih šol v naši raziskavi na razpolago nekoliko več organiziranih športnih dejavnosti v samih prostorih šole in kraju bivanja (mestna/krajevna središča), otroci podružničnih šol pa te možnosti nadomeščajo z neorganiziranim gibalnim

udejstvovanjem v naravnem predmestnem/vaškem okolju.

Raziskava je pokazala statistično značilno večjo razvitost socialnih spretnosti deklic v primerjavi z dečki na vseh štirih proučevanih lestvicah testa SSRS. Do podobnih rezultatov so prišli tudi Spjeldnes, Koeske in Sales. Na vzorcu 169 ameriških predšolskih otrok so ugotovili, da deklice presegajo v zbranih točkah ocenjevanja socialnih spretnosti dečke v vseh analiziranih SSRS lestvicah po oceni staršev.³⁰ Podobno navaja tudi Tong s sodelavci, ki na osnovi lastnih raziskovalnih izsledkov opozarja, da je otrokov spol potrebno še posebej postaviti v ospredje, ko gre za ocenjevanje razlik v intelektualnih sposobnostih, vedenjskih težavah in socialnih kompetencah med otroki na začetku šolanja.⁴⁶ Na osnovi navedenega in ugotovitev socialno-demografskih razlik, kjer je bilo največ razlik v gibalni dejavnosti in razvitosti socialnih spretnosti otrok izkazanih pri analizah po spolu, smo spremenljivko spol uvrstili tudi v regresijski model.

S postavljenim regresijskim modelom smo ugotavljali, kolikšen je delež pojasnjevanja razvitosti socialnih spretnosti z vidika gibalne dejavnosti ter kakšne so povezave med posameznimi spremenljivkami gibalne dejavnosti in socialnih spretnosti v regresijskem modelu. Raziskava je pokazala statistično značilne povezave med gibalno dejavnostjo in razvitostjo socialnih spretnosti pri otroku drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole, in sicer regresijski model kaže, da se s povečevanjem gibalne dejavnosti povečuje tudi stopnja razvitosti otrokovih socialnih spretnosti. Drugo hipotezo lahko potrdimo. Rezultati so pričakovani, saj je gibalna dejavnost v obdobju otroštva ena osrednjih otrokovih dejavnosti,²³ zato je upravičeno predvidevati, da pomemben del socializacije in učenja socialnih spretnosti poteka skozi gibanje. Breslin s sodelavci je raziskoval povezave med gibalno dejavnostjo in dobrim počutjem na vzorcu 1424 otrok od 9. do 11. leta starosti. Ugotovil je, da otroci, ki dosegajo priporočljivo raven zmerno do intenzivne gibalne dejavnosti, izkazujejo tudi višjo samooceno zdravja, dobrega počutja in samopodobe.⁴⁰ Veselska s sodelavci poroča o podobnih ugotovitvah

na mednarodnem vzorcu 501 osnovnošolskih otrok iz Slovaške in Češke. Enofaktor-ska analiza variance je pokazala, da imajo dečki, ki niso gibalno dejavni, nižjo samonaklonjenost in socialno samoučinkovitost v primerjavi z dečki, ki so vsakodnevno gibalno dejavni. Gibalno nedejavne deklice pa imajo ob navedenem še nižjo samopodobo, občutek kompetentnosti, splošno in socialno samoučinkovitost ter nižjo samozavest v primerjavi z vsakodnevno gibalno dejavnimi deklicami. Ta raziskava je tako potrdila statistično značilne povezave med redno gibalno dejavnostjo in psihosociološkimi vidiki samopojmovanja pri adolescentih, zlasti pri deklicah.⁴⁷ Rezultati eksperimentov kažejo, da že šesttedenska, dvakrat na teden, po 90 minut, vodena terapevtska gibalna dejavnost statistično značilno izboljšuje pozornost in kontrolo hiperdejavnosti, intelektualno funkcioniranje ter razvoj socialnih spretnosti.⁴⁸

Regresijski model v naši raziskavi je izpostavil ženski spol, dolžino organiziranega gibalnega udejstvovanja, pogostost gibalne dejavnosti v družini in pogostost gibalne dejavnosti v športnih klubih/društvih kot dejavnike, ki so statistično značilno povezani z razvojem otrokovih socialnih spretnosti. Organizirano pristočasno gibalno udejstvovanje se je doslej že večkrat izkazalo kot dejavnik preprečevanja predčasnega zaključevanja izobraževanja, povečanja šolske uspešnosti, izboljšanja socialnih spretnosti ter zmanjševanja vedenjskih težav. Howie s sodelavci je tako na vzorcu 25.797 ameriških otrok, starih med 6 in 11 let, potrdil bolj razvite socialne spretnosti pri organizirano gibalno dejavnih.¹⁸

Regresijski model je pojasnil 24 % variance skupnega prostora med obravnavanimi spremenljivkami gibalne dejavnosti in razvitosti socialnih spretnosti otroka. Podoben delež (19 %) pojasnjevanja gibalne dejavnosti v socialnem razvoju otrok v starosti med 10. in 14. letom navajata tudi Martin in McCaughtry.⁴⁹ Najmočnejšo parcialno napovedno vrednost v njenem regresijskem modelu sta pokazali spremenljivki pogostosti gibalne dejavnosti na prostem in podpora prijateljev pri gibalni dejavnosti. Pogostnost pristočasne gibalne dejavnosti na prostem

v našem modelu nismo proučevali, medtem ko je pogostost gibalne dejavnosti s prijatelji tudi v naši raziskavi pokazala sicer šibko, a statistično značilno povezavo z razvitostjo socialnih spretnosti na ravni manj kot 2 % tveganja.

Vseeno pa velja opozoriti, da regresijski model naše raziskave ne pojasnjuje 76 % variance prostora otrokovega socialnega razvoja, ki ga predstavljajo tako dejavniki dednosti kot tudi okolja, ki jih model ni vključeval. Odgovore na vprašanje, kaj bi lahko pojasnilo prostor razvitosti socialnih spretnosti ob proučevanih spremenljivkah, velja iskati v kontekstu psihosocialnih teorij otrokovega razvoja. Teoretik Bandura je v svojem socialno-kognitivnem modelu učenja socialnega vedenja gibalno dejavnost uvrstil na področje vedenja, enako kot druge oblike socialnega vedenja, ter s tem poudaril tesno prepletenost socialnega razvoja z gibalno dejavnostjo. Bandurov model ponazarja tudi povezanost socialnega razvoja z drugimi dimenzijami osebnosti in vplivi iz fizičnega okolja (npr. socialno-demografski dejavniki), ožjega družbenega okolja (npr. spodbude in zgledi za gibalno udejstvovanje v družini) in širšega družbenega okolja (npr. vpliv kurikulumuma šolske športne vzgoje na pristočasno gibalno udejstvovanje).⁵⁰⁻⁵² Navedeno omogoča pojasnitev v naši raziskavi ugotovljene povezave med spolom, gibalno dejavnostjo in razvitostjo socialnih spretnosti. Avtorici Marjanovič Umek in Zupančič navajata kot ključna dejavnika socialnega razvoja v obdobju srednjega in poznega otroštva oblikovanje vrstniških skupin, ki so pomemben kontekst razvoja socialnih spretnosti tako pri deklicah kot pri dečkih, ter razvoj prijateljstva, kjer prihaja v tem obdobju do kakovostnih sprememb v razumevanju in oblikovanju koncepta prijateljstva.⁵³ Da je prijateljstvo pomembna komponenta otrokovega udejstvovanja, se je pokazalo tudi v naši raziskavi. Gibalna dejavnost v družbi prijateljev je bila izbrana kot najpogostejša oblika pristočasnega gibalnega udejstvovanja otrok v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju osnovne šole. Papalia s sodelavci izpostavlja kot ključni dejavnik otrokovega socialnega razvoja družino in družinsko klimo, ki jo deli

na kulturno okolje in vrednote v družini, zaposlitev staršev, vlogo družinskih članov, družbeno-ekonomski status, strukturo družine in odnose med svojci.¹ Avtorici Kavčič in Zupančič navajata, da dosedanje raziskave kažejo, da na razvoj otrokove osebnosti in socialnega prilagajanja najodločilneje vpliva prav družinsko okolje. Pa vendarle, opozarjata, da k individualnim razlikam v socialnem vedenju in razvoju otrok prispevajo tudi dejavniki zunajdružinskega okolja kot so vrstniki, značilnosti širšega družbenega, kulturnega, ekonomskega in zgodovinskega konteksta.⁵⁴ Krafft in Semke med dejavniki otrokovega socialnega razvoja izpostavljata še vlogo učiteljev v šoli in otrokove pristočasne dejavnosti kot so glasbeno poustvarjanje, družabne igre in izleti.⁵⁵ Navedene ugotovitve psihosocialnih teorij velja upoštevati v prihodnjih raziskavah in regresijski model pojasnjevanja razvitosti socialnih spretnosti pri otroku v obdobju srednjega in poznega otroštva razširiti s proučevanjem družinske klime, šolskega okolja ter vključenosti v vrstniške skupine in pristočasne dejavnosti.

Kot doprinos raziskave k razvoju znanosti in stroke velja izpostaviti tudi uporabljeni merski instrument SSRS, ameriških avtorjev Gresham in Elliot.²⁹ V svetu priznan in pogosto uporabljen način ugotavljanja socialnih spretnosti v šoli, doma in širšem otrokovem družbenem okolju,^{30-31,56-57} je bil prvič uporabljen v slovenskem prostoru. Dobljeni rezultati pilotske študije so bili statistično ovrednoteni z vidika veljavnosti in zanesljivosti uporabe merskega instrumenta v slovenskem jeziku in okolju. Uvedba SSRS testa pomeni v slovenskem prostoru pomemben doprinos k znanosti na področju merjenja otrokovega socialnega razvoja v obdobju poznega otroštva.

Raziskava je pokazala na statistično značilne povezave med gibalno dejavnostjo in razvitostjo socialnih spretnosti pri otroku drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole, vendar je potrebno pri posploševanju ugotovitev biti previden, saj obstaja kar 76 % nepojasnjene variance skupnega prostora. Potrebna so nadaljnja, predvsem longitudinalna raziskovanja, ki bodo vključevala tudi objektivno merjeno gibalno dejavnost (npr. z akcelometri, pedometri),

značilnosti vrstniških odnosov v gibalnih dejavnostih, vlogo družine in šolskega okolja ter ob socialnih spretnostih tudi druge vidike socialnega razvoja kot so vedenjske težave in šolska uspešnost, da bi lahko bolje razumeli vlogo gibalne dejavnosti v otrokovem socialnem razvoju. Vsekakor pa navedena raziskava predstavlja prvo tovrstno reprezentativno študijo v Sloveniji in kaže, da obstaja povezanost pogostosti in rednosti gibalne dejavnosti z razvitostjo socialnih spretnosti v starosti med 9. in 11. letom pri slovenskih otrocih.

Zaključki

Ugotovitve empirične raziskave na reprezentativnem vzorcu slovenskih otrok drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja osnovne šole kažejo povezavo gibalne dejavnosti z razvitostjo otrokovih socialnih spretnosti, kot so sodelovanje z drugimi, izražanje, empatija in samokontrola. Gibalno udejstvovanje nudi širok spekter socializacijskih izkušenj in s tem preko socialnih stikov omogoča posebne možnosti za oblikovanje socialne identitete. Zlasti je pomembna redna vključenost v organizirane oblike gibalnih dejavnosti skozi daljše časovno obdobje in odsotnost gibalne nedejavnosti. Gibalna dejavnost prav gotovo ni edini dejavnik, ki kaže povezavo z razvojem otrokovih socialnih spretnosti, pa vendarle je eden izmed tistih dejavnikov, ki ga lahko spodbujamo in usmerjamo. Rezultati raziskave zato nudijo izhodišča za pripravo kakovostnih pro-

mocijskih programov gibalne dejavnosti, ki bodo spodbujali otrokov razvoj tudi na področju socialnih spretnosti.

Literatura

- Papalia DE, Olds SW, Feldman RD. Human development. New York: McGraw-Hill; 2003.
- Malina RM, Bouchard C, Bar-Or O. Growth, maturation, and physical activity. 2nd ed. Champaign: Human Kinetics; 2004.
- Eisenmann JC. Physical activity and cardiovascular disease risk factors in children and adolescents: an overview. *Can J Cardiol* 2004; 20: 295–301.
- Roberts C, Tynjälä J, Komkov A. Physical activity. In: Currie C, Roberts C, Morgan A, Smith R, Settertobulte W, Samdal O, et al., eds. Young people's health in context: health behaviour in school-aged children (HBSC) study [International report from the 2001/2002 survey]. Copenhagen: World Health Organization, Regional office for Europe; 2004. p. 90–7.
- Todd J, Curries D. Sedentary behaviour. In: Currie C, Roberts C, Morgan A, Smith R, Settertobulte W, Samdal O, et al., eds. Young people's health in context: health behaviour in school-aged children (HBSC) study [International report from the 2001/2002 survey]. Copenhagen: World Health Organization, Regional office for Europe; 2004. p. 98–109.
- Tomson LM, Pangrazi RP, Friedman G, Hutchinson N. Childhood depressive symptoms, physical activity and health related fitness. *J Sport Exerc Psychol* 2003; 25: 419–439.
- Pate RP, Pfeiffer KA, Trost SG, Ziegler P, Dowda M. Physical activity among children attending preschools. *Pediatrics* 2004; 114: 1258–63.
- Trost SG, Sirard JR, Dowda M, Pfeiffer KA, Pate RP. Physical activity in overweight and nonoverweight preschool children. *Int J Obes* 2003; 27: 834–39.
- Gallahue DL, Ozmun JC. Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults. ZDA: McGraw-Hill Higher Education; 2002.
- Horne J, Tomlinson A, Whannel G. Understanding sport: an introduction to the sociological and cultural analysis of sport. London: Taylor & Francis Group; 1999.
- Dietrich K. "When father and son...": an empirical study on the socialisation process. In: Dietrich K, ed. Socialisation and the social change in movement culture and sport. Copenhagen: University of Copenhagen, Institute of Exercise and Sport Sciences; 2002. p. 123–48.
- Giulianotti R. Sport: a critical sociology. Cambridge: Polity Press; 2005.
- Jarvie G. Sport, culture and society: an introduction. London, New York: Routledge; 2006.
- Planinšec J, Fošnarič S. Gibalna dejavnost in šolski dosežki učencev drugega triletja [Physical activity and study achievements of students in secondary primary school circle]. *Ann Ser hist nat* 2006; 16: 253–8.
- Campbell DW, Eaton WO, McKeen NA. Motor activity and behavioural control in young children. *International Journal of Behavioural Development* 2002; 26: 289–96.
- Ommundsen Y, Gundersen KA, Mjaavatn PE. Fourth graders' social standing with peers: a prospective study on the role of first grade physical activity, weight status, and motor proficiency. *Scan J Educ Res* 2010; 54: 377–94.
- Piek JP, Straker LM, Jensen L, Dender A, Barrett NC, McLaren S, et al. Rationale, design and methods for a randomised and controlled trial to evaluate "Animal Fun"—a program designed to enhance physical and mental health in young children. *BMC Pediatrics* 2010; 10: 78.
- Howie LD, Lukacs SL, Pastor PN, Reuben CA, Mendola P. Participation in activities outside of school hours in relation to problem behavior and social skills in middle childhood. *J Sch Health* 2010; 80: 119–25.
- Kremer-Sadlik T, Kim JL. Lessons from sports: children's socialization to values through family interaction during sports activities. *Discourse Society* 2007; 18: 35–52.
- Bundy AC, Naughton G, Tranter P, Wyver S, Baur L, Schiller W, et al. The Sydney playground project: popping the bubblewrap—unleashing the power of play: a cluster randomized controlled trial of a primary school playground-based intervention aiming to increase children's physical activity and social skills. *BMC Public Health* 2011; 11: 680.
- Ahn S, Fedewa AL. A meta-analysis of the relationship between children's physical activity and mental health. *J Psychiatr Psychol* 2011; 36: 385–97.
- Griffiths LJ, Dowda M, Dezateux C, Pate R. Associations between sport and screen-entertainment with mental health problems in 5-year-old children. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2010; 7: 30.
- Shonkoff JP, Phillips DA, eds. From neurons to neighborhoods: the science of early childhood development. Washington: National Academy Press; 2004.
- Zurc J. Vloga gibalne dejavnosti v otrokovem socialnem razvoju v obdobju poznega otroštva: rezultati podoktorskega temeljnega raziskovalnega projekta po zaključenem prvem letu raziskovanja od 1.1.2007 do 21.12.2007. Koper: UP ZRS; 2008.
- Petrovič K, Ambrožič F, Bednarik J, Berčič H, Sila B, Doupona Topič M. Športnorekreativna dejavnost v Sloveniji 2000. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo; 2001.
- Pišot R, Zurc J. Influence of out-of-school sports/motor activity on school success [Vpliv izvenšolske gibalne/športne dejavnosti otrok na učni uspeh]. *Kinesiol Slov* 2003; 9: 42–54.
- Zurc J. Povezanost med gibalno dejavnostjo in simetrijo hrbtnih mišic erector spinae pri desetletnih otrocih [doktorsko delo]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport; 2005.
- Gavarry O, Giacomoni M, Bernard T, Seymat M, Falgairette G. Habitual physical activity in children and adolescents during school and free days. *Med Sci Sports Exerc* 2003; 35: 525–31.
- Gresham FM, Elliott SN. Social Skills Rating System: manual. ZDA, Minnesota: American Guidance Service; 1990.
- Spjeldnes S, Koeske G, Sales E. Teacher support as a buffer between interparental conflict and

- child social skills. *Early Child Dev Care* 2010; 180: 335–46.
31. Walthall JC, Konold TR, Pianta RC. Factor structure of the social skills rating system across child gender and ethnicity. *J Psychoeduc Assess* 2005; 23: 201–15.
 32. Merrell KW. Assessment of children's social skills: recent developments, best practices, and new directions. *Exceptionality* 2001; 9: 3–18.
 33. Zakon o varstvu osebnih podatkov: uradno prečiščeno besedilo. Ur I RS 94/2007.
 34. Javna agencija za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije: Pravilnik o (so)financiranju temeljnih, aplikativnih in podoktorskih raziskovalnih projektov. Ur I RS 73/2006: 3164.
 35. Ferligoj A. Regresija. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede; 2010.
 36. Punamaki RL, Wallenius M, Nygard CH, Saarni L, Rimpela A. Use of information and communication technology (ICT) and perceived health in adolescence: the role of sleeping habits and waking-time tiredness. *J Adolesc* 2007; 30: 569–85.
 37. Wallenius M, Rimpela A, Punamaki RL, Lintonen T. Digital game playing motives among adolescents: relations to parent-child communication, school performance, sleeping habits, and perceived health. *J Appl Dev Psychol* 2008; 30: 463–74.
 38. Agbuga B. Pedometer-based physical activity level and body composition among minority children in a physical activity setting. *Physical Educator* 2011; 68: 78–89.
 39. Jansen W, Mackenbach JP, Joosten-van Zwanenburg E, Brug J. Weight status, energy-balance behaviours and intentions in 9–12-year-old inner-city children. *J Hum Nutr Diet* 2010; 23: 85–96.
 40. Breslin G, Gossrau-Breen D, McCay N, Gilmore G, Macdonald L, Hanna D. Physical activity, gender, weight status, and wellbeing in 9- to 11-year-old children: a cross-sectional survey. *J Phys Act Health* 2012; 9: 394–401.
 41. Kin-Isler A, Asci FH, Altintas A, Guven-Karahan B. Physical activity levels and patterns of 11–14 year-old Turkish adolescents. *Adolescence* 2009; 44(1): 1005–15.
 42. Martín-Matillas M, Ortega FB, Chillón P, Pérez JJ, Ruiz JR, Castillo R, et al. Physical activity among Spanish adolescents: relationship with their relatives' physical activity—the AVENA study. *J Sports Sci* 2011; 29: 329–36.
 43. Gesell SB, Tesdahl E, Ruchman E. The distribution of physical activity in an after-school friendship network. *Pediatrics* 2012; 129: 1064–71.
 44. Durant N, Harris SK, Doyle S, Person S, Saelens BE, Kerr J, et al. Relation of school environment and policy to adolescent physical activity. *J Sch Health* 2009; 79: 153–9.
 45. Nichol ME, Pickett W, Janssen I. Associations between school recreational environments and physical activity. *J Sch Health* 2009; 79: 247–54.
 46. Tong L, Shinohara R, Sugisawa Y, Tanaka E, Watanabe T, Onda Y, et al. Relationship between children's intelligence and their emotional/behavioral problems and social competence: gender differences in first graders. *J Epidemiol* 2010; 20(Suppl 2): S466–71.
 47. Veselska Z, Madarasova Geckova A, Reijneveld SA, van Dijk JP. Aspects of self differ among physically active and inactive youths. *Int J Public Health* 2011; 56: 311–8.
 48. Kang KD, Choi JW, Kang SG, Han DH. Sports therapy for attention, cognitions and sociality. *Int J Sports Med* 2011; 32: 953–9.
 49. Martin JJ, McCaughtry N. Using social cognitive theory to predict physical activity in inner-city African American school children. *J Sport Exerc Psychol* 2008; 30(1): 378–91.
 50. Bandura A. Social foundations of thought and action: a social cognitive theory. Englewood Cliffs, New York: Prentice-Hall; 1986.
 51. Bandura A. Social cognitive theory. In: Vasta R, ed. *Annals of child development: six theories of child development*. Greenwich: JAI; 1989. p. 1–60.
 52. Bandura A. A social cognitive theory of personality. In: Pervin L, John O, eds. *Handbook of personality*. 2nd ed. New York: Guilford Publications; 1999. p. 154–96.
 53. Marjanovič Umek L, Zupančič M. Socialni in moralni razvoj v srednjem in poznejšem otroštvu. In: Marjanovič Umek L, Zupančič M, eds. *Razvojna psihologija*. 1. izd. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete; 2004. p. 451–67.
 54. Kavčič T, Zupančič M. Osebnost otrok in njihovi medsebojni odnosi v družini. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete; 2006.
 55. Krafft T, Semke E. Odkrijmo in razvijemo otrokovo nadarjenost. Ljubljana: Mladinska knjiga; 2008.
 56. Rasmussen C, Becker M, McLennan J, Urichuk L, Andrew G. An evaluation of social skills in children with and without prenatal alcohol exposure. *Child Care Health Dev* 2011; 37: 711–8.
 57. Clendenin AA, Businelle MS, Kelley ML. Screening ADHD problems in the sports behavior checklist: factor structure, convergent and divergent validity, and group differences. *J Atten Disord* 2005; 8: 79–87.