



Lea Železnik,
Branko Škof

Atletsko znanje študentov ob vpisu na Fakulteto za šport

Izvleček

Učni načrti za šport v osnovni in srednji šoli predvidevajo obravnavanje in preverjanje znanja vseh sklopov osnovnih atletskih disciplin, zato bi morali imeti mladostniki, ko zaključijo srednješolsko izobraževanje, v povprečju vsaj dobro atletsko praktično znanje. To lahko ovrednotimo tako, da ocenimo tehnične elemente iz različnih sklopov disciplin, bodisi na celostni, utežni ali analitični način. Namen te raziskave je bil izmeriti atletsko predznanje študentov pred začetkom študija na Fakulteti za šport. V vzorec smo vključili 24 študentov dveh smeri. Posneli smo jih pri izvajanju šestih testnih nalog. Posnetke sta ocenila usposobljena ocenjevalca, na podlagi ocen pa smo izračunali frekvenčno porazdelitev, variabilnost, medocenjevalsko skladnost in povprečne ocene obeh ocenjevalcev. Ugotovili smo, da je atletsko znanje mladostnikov, ko zaključijo srednješolsko izobraževanje, slabo, zato je treba razmišljati o izboljšavah učnega procesa v osnovni in srednji šoli ter tudi na Fakulteti za šport. Slednja institucija je namreč odgovorna za to, da bodoči športni pedagogi pridobijo ustrezno in čim bolj trajno atletsko praktično znanje ter da spoznajo pristope, s katerimi je predajanje znanja na učence oziroma dijake najbolj učinkovito.

Ključne besede: gibalno znanje, atletika, ocenjevanje, študenti Fakultete za šport



q1RGYImAR9s

Athletic knowledge of students, newly enrolled in faculty of sport

Abstract

Curriculum for sport in elementary and secondary school encompasses all complexes of basic athletic disciplines to be taught and tested. Therefore youths, who conclude high schooling, should have on average at least good athletic practical knowledge. It could be evaluated in the way we assess technical elements from different complexes of disciplines. Assessment of an element could be done as a whole, analytically or using combined method. The purpose of this research was to measure athletic prior knowledge of students who were about to begin studying at Faculty of sport. We included 24 students of two courses in the sample. They were recorded doing six tests. The recordings were assessed by two qualified assessors. We calculated frequency distribution, variability, internal consistency and average grades of both assessors. We found out that youths who conclude high school education have poor athletic knowledge. For this reason, it is necessary to search for possible improvements of learning process in elementary and high school as well as at Faculty of sport. This institution is responsible for future sport pedagogues to gain adequate and long-lasting athletic practical knowledge and to get to know the approaches which are the most efficient for knowledge transfer to students.

Key words: motor knowledge, athletics, assessment, Faculty of Sport students

■ Uvod

Atletske aktivnosti – tek, skoki, meti – so naravne gibalne dejavnosti, ki jih otroci spoznavajo v okviru temeljne gibalne stopnje (Gallahue idr., 2012). Ker sodijo med temeljne vsebine gibalnega opismenjevanja, predstavljajo ključne vsebine učnih načrtov za osnovne in srednje šole (Škof idr., 2010). V obdobju specializacije gibanja po Gallahueju idr. (2012) se te tri temeljne gibalne spretnosti pri atletiki razširijo v sklope osnovnih atletskih disciplin (Škof idr., 2010):

- šprint, tek čez ovire in štafete;
- skok v daljino in višino;
- met žogice/žvižgača in suvanje;
- teki na srednje in dolge proge.

Če želimo ugotoviti, kakšno atletsko znanje ima posameznik, moramo gibalne teste vzeti iz različnih sklopov (osnovnih) atletskih disciplin (Škof idr., 2010). Izbiramo naloge, ki so primerne za določeno razvojno stopnjo in za katere obstajajo natančno opredeljeni kriteriji ocenjevanja in napake. Ocenjevanje gibalnega znanja je zelo kompleksen in zahteven proces, pri katerem morajo biti poleg natančno definiranih kriterijev ocenjevalci izjemno izurjeni. Gibalno znanje lahko ocenjujemo na tri načine – celostni, utežni in analitični (Majerič, 2004; Majerič idr., 2004). Strokovnjaki niso enotni, kateri način je najboljši, temveč poudarjajo, da imajo vsi svoje prednosti in slabosti ter da je koristno ocenjevati z uporabo vseh treh. Za celostni model ocenjevanja je značilno, da učitelj oceni celotno izvedbo ter da ne tehta znanja in neznanja, ampak uporabi intuicijo za oblikovanje ocene na podlagi lastnih standardov znanja (Jurman, 1989). Težava nastane, ko posameznikova izvedba ni enoznačna (Rutar Ilc, 2003). Pri analitičnem načinu pa je gibanje razdeljeno na faze, znotraj katerih so opredeljene večje in manjše tehnične (in estetske – glede na naravo športa) napake, zato lahko vsak vidik znanja ustrezno ovrednotimo. Analitični način je zamudnejši, poleg tega pa naj bi ocenjevalec pri njem delal več napak (Jurman, 1989). Kombinacijo opisanih modelov predstavlja utežni način, pri katerem je gibanje prav tako razdeljeno na faze – vsaka ima svojo utež (maksimalno število točk), glede na pomembnost pri končni oceni.

V učnem načrtu za šport v osnovni šoli so v okviru atletike za vsako triletno posebej navedeni operativni cilji, vsebine in standardi znanja, ki obsegajo vse sklope osnovnih atletskih disciplin (Kovač idr., 2011). Ko otrok

ATLETIKA

Učenec pozna in pravilno izvaja osnovne vaje za spopolnjevanje tehnike teka. Teče z nizkega in visokega štarta. Preda štafetno palico v teku. Sposoben je teči vsaj 15 minut v lahkotnem pogovornem tempu. Glede na svoje sposobnosti skoči v daljino z zaletom in v višino s prekoračno tehniko ter sune težko žogo in vrže žogico ali žvižgača z mesta ali z zaletom. Pozna večino atletskih pojmov in nekaj sredstev atletske vadbe za razvoj različnih gibalnih sposobnosti. Zna izmeriti svoj srčni utrip in razume njegove vrednosti.

Učenec izvaja osnovne vaje za spopolnjevanje tehnike teka. Teče z nizkega in visokega štarta. Preda štafetno palico v hoji. Sposoben je teči v naravi vsaj 10 minut (lahko tudi v vmesno hojo) v počasnejšem tempu. Glede na svoje sposobnosti skoči v daljino z zaletom in v višino s prekoračno tehniko ter sune težko žogo in vrže žogico ali žvižgača z mesta ali z zaletom. Pozna nekatere atletske pojme. Zna izmeriti svoj srčni utrip.

Slika 1. Standardi znanja za atletiko v tretji triadi osnovne šole

Opomba. Povzeto po »Učni načrt. Program osnovna šola. Športna vzgoja«, avtorji M. Kovač, N. Markun Puhan, B. Lorenci, L. Novak, J. Planinšec, I. Hrastar, K. Pleteršek in V. Muha, 2011, Ministrstvo RS za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo, str. 35–36.

zaključi obvezno osnovnošolsko izobraževanje, bi moral torej s področja atletike znati vse, kar je opisano na Sliki 1 – minimalni standardi so označeni krepko.

Če posameznik nadaljuje šolanje na srednji šoli, se sreča še s predmetom športna vzgoja, ki je, ne glede na vrsto izbrane šole, obvezni predmet. Med gimnazijami in drugimi srednjimi šolami je razlika predvsem v obsegu predmeta, in sicer imajo gimnazijci 420 ur športne vzgoje (Lorenci idr., 2008), dijaki srednjega poklicnega izobraževanja 164 ur (SSRSL, 14. 7. 2005) ter dijaki poklicno-tehniškega izobraževanja 140 ur (SSRSL, 7. 7. 1998). Kljub temu sledijo športni pedagogi, ki poučujejo v različnih srednjih šolah, podobnim operativnim ciljem (Lorenci idr., 2008; SSRSL, 7. 7. 1998; SSRSL, 14. 7. 2005). Atletske vsebine obsegajo osnovne atletske discipline, kar pomeni, da bi morali srednješolci še izpopolniti svoje osnovnošolsko znanje s področij tehnike teka, štartov, štafetnih predaj, skokov (v višino in daljino) ter metov.

Skozi dvanajstletno obdobje osnovnega in srednjega šolanja torej otroke in mladostnike učimo elementov tehnike teka, daljinskih in višinskih skokov ter metov. Ob tem pa pri izpopolnjevanju teh vsebin v okviru predmeta Atletika 1 v prvem letniku študija na Fakulteti za šport vsako leto naletimo na zelo različno oziroma pogosto slabo predznanje pri študentih. Namen te raziskave je bil objektivno izmeriti atletsko znanje študentov na začetku pedagoškega procesa pri predmetu Atletika 1 v okviru študija na Fakulteti za šport. Z uporabo objektivnega merilnega instrumenta smo želeli potrditi domnevo o pomanjkljivem atletskem znanju študentov (čeprav je za vsemi vsaj šest let športa oziroma športne vzgoje, organizirane s strani športnih pedagogov), da

bomo lahko začeli iskati vzroke za manjše učinke športa in športne vzgoje, glede na predvidene v učnih načrtih, ter predvsem rešitve.

■ Metode

Udeleženci

V vzorec smo vključili 24 študentov Fakultete za šport, ki so v študijskem letu 2019/20 prvič opravljali praktične vaje pri predmetu Atletika 1. Vključeni so bili študenti dveh študijskih skupin, ki sta pripadali različnim študijskima programoma – Športni vzgoji in Športnemu treniranju. Njihova povprečna starost je bila 19,67 leta (min. – 19 let, max. – 24 let).

Pripomočki

Atletsko znanje študentov smo posneli s kamero in ga ocenjevali na tri načine – celostni, utežni in analitični. Za ocenjevanje smo oblikovali ocenjevalne lestvice z opisniki (primere za skiping predstavljajo Priloge 1–3), ki smo jim priložili podrobne opise izbranih testov (prostor, pripomočki, postavitev, opis naloge, število ponovitev, posebno navodilo, opis tehnike gibanja). Ocene študentov na posameznem testu smo zbrali v Excelu. Za analizo ocen smo uporabili program IBM SPSS Statistics 26.

Postopek

Študente smo posneli na prvi vadbeni enoti praktičnih vaj v okviru predmeta Atletika 1 na dodiplomskem študiju. Takrat so se na fakulteti prvič srečali z atletiko. Posneli smo jih pri izvajanju šestih atletskih tehničnih elementov (skiping in prehod v šprint, striženje, tek s poudarjenim odzivom na vsak korak in prehod v šprint, skok v daljino s krajšim zaletom, met žvižgača z mesta in

sunek težke žoge s prisunskima korakoma). Pred izvedbo so dobili pisno in slikovno gradivo, v katerem so bili opisani izbrani gibalni testi. Ti so predstavniki vseh sklopov osnovnih atletskih disciplin in so vzeti iz učnih načrtov za šport oziroma športno vzgojo za osnovno in srednjo šolo. Nekatere testne naloge smo malenkost prilagodili, in sicer smo dvema vajama atletske abecede dodali prehod v šprint, s čimer lahko neposredno preverimo, ali zna posameznik značilnosti vaje prenesti na ciljno nalogo – šprint. Študentom smo z namenom zaščite njihove zasebnosti ter zagotovitve čim večje objektivnosti dodelili šifre, s katerimi smo opremili tudi posnetke. Analizirala sta jih usposobljena ocenjevalca, ki poučujeta atletiko na Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani. Pripravili smo protokol ocenjevanja, s katerim je bil predstavljen enotni postopek ocenjevanja atletskega znanja študentov, in sicer v šestih izbranih testih. Z uporabo SPSS smo naredili frekvenčno porazdelitev ocen za vsak model ocenjevanja posebej in znotraj modela za posameznega ocenjevalca. Poleg variabilnosti smo pridobili podatek o povprečni oceni posameznega ocenjevalca za vsako testno nalogo. Na podlagi dobljenih ocen smo izračunali skladnost med ocenjevalci in povprečne ocene (dveh ocenjevalcev) za posamezni test za vse tri modele ocenjevanja.

Rezultati z razpravo

Variabilnost ocen

Razpon ocen je pri obeh ocenjevalcih v splošnem dober, le pri nekaterih testnih nalogah je pri prvem ocenjevalcu zelo majhen (Tabele 1–3). Pri celostnem načinu je variabilnost ustrezna, samo ocene sunka težke žoge, ki jih je podelil prvi ocenjevalec, imajo izjemno majhen razpon (1–2). Pri utežnem in analitičnem modelu ugotavljamo ustrezno variabilnost pri skipingu, striženju in teku s poudarjenim odzivom, medtem ko ocene prvega ocenjevalca za skok v daljino, met žvižgača ter sunek težke žoge odstopajo – izražajo majhno variabilnost. Ugotavljamo, da je manjša variabilnost v našem primeru lahko posledica preveč strogih kriterijev ocenjevanja, zato ocenjevalca (predvsem prvi) pri nekaterih testih nista podeljevala dobrih ocen (trojk, štiric in petic). Kot bomo razpravljali še v nadaljevanju, smo oblikovali absolutne kriterije, s katerimi bi lahko ocenjevali tudi izvedbe treniranih atletov, kandidatov za nove atletske trenerje in podobno, zato je bil manjši razpon ocen pričakovan. Kriterije je namreč

zelo težko ustrezno prilagoditi določeni populaciji. Če bi ocenjevalca podelila več petic, bi bilo bolj zanimivo, kajti ocena 5 pomeni idealno izvedbo, v vzorec pa niso bili vključeni trenirani atleti. Vzrok za manjšo variabilnost je morda tudi slabše razumevanje oziroma neupoštevanje meril in opisov pri ocenjevalcih (prvem), saj sta si z leti dela v atletiki ustvarila lastno predstavo o tem, kakšna je pravilna izvedba npr. skipinga ali teka s poudarjenim odzivom, zato za oceno štiri iščeta izvedbo, ki malenkost odstopa od lastnega idealnega modela, namesto da bi upoštevala naše opise. Sklepamo, da prav različne predstave o pravilni izvedbi med trenerji in učitelji ter različni cilji, s katerimi sploh izvajamo atletske abe-

cedo, dodatno vplivajo na kompleksnost področja poučevanja atletskih tehnik in ocenjevanja atletskega gibalnega znanja. Da bi lahko ocenjevali povsem objektivno, bi morali najprej poenotiti te predstave, čeprav je zelo odvisno, koga poučujemo oziroma ocenjujemo. Tako kot se pri alpskem smučanju tehnika tekmovalnega smučanja v veliki meri razlikuje od osnovne tehnike, ki se jo učijo otroci in rekreativni smučarji, se pri atletiki tehnika teka vrhunškega šprinterja razlikuje od tehnike, s katero seznanjamo otroke v šoli. Zato bi bilo vseeno smiselno prirediti kriterije ocenjevanja šolski populaciji, čeprav smo pri oblikovanju upoštevali operativne cilje in vsebine iz učnih načrtov za osnovne in srednje šole.

Tabela 1.

Osnovna statistika – celostni model ocenjevanja

		Skiping		Striženje		TPO		Daljina		Žvižgač		Sunek	
		OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2
N	Veljavni	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
	Manjkajoči	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Povprečje		1,38	1,83	2,04	2,67	1,79	2,21	1,50	2,79	1,42	2,54	1,33	1,92
Standardni odklon		0,65	0,92	0,91	0,76	0,93	1,25	0,66	0,66	0,65	0,88	0,48	1,28
Minimum		1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1
Maksimum		3	4	4	5	4	5	3	4	3	4	2	5

Opomba. OC 1 = prvi ocenjevalec, OC 2 = drugi ocenjevalec, OC 3 = tretji ocenjevalec; N = število; TPO = tek s poudarjenim odzivom.

Tabela 2.

Osnovna statistika – utežni model ocenjevanja

		Skiping		Striženje		TPO		Daljina		Žvižgač		Sunek	
		OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2
N	Veljavni	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
	Manjkajoči	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Povprečje		1,21	2,79	1,75	2,88	1,33	2,42	1,17	2,17	1,08	2,75	1,13	2,42
Standardni odklon		0,66	1,18	0,90	1,15	0,70	1,21	0,38	0,87	0,28	1,11	0,34	1,18
Minimum		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Maksimum		4	5	4	5	4	5	2	4	2	5	2	5

Opomba. OC 1 = prvi ocenjevalec, OC 2 = drugi ocenjevalec, OC 3 = tretji ocenjevalec; N = število; TPO = tek s poudarjenim odzivom.

Tabela 3.

Osnovna statistika – analitični model ocenjevanja

		Skiping		Striženje		TPO		Daljina		Žvižgač		Sunek	
		OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2	OC 1	OC 2
N	Veljavni	23	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
	Manjkajoči	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Povprečje		1,22	1,71	1,71	3,29	1,42	1,50	1,00	2,13	1,13	1,38	1,13	1,83
Standardni odklon		0,60	1,00	0,75	0,81	0,65	1,06	0,00	0,99	0,34	0,71	0,34	1,13
Minimum		1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
Maksimum		3	4	3	5	3	5	1	4	2	3	2	4

Opomba. OC 1 = prvi ocenjevalec, OC 2 = drugi ocenjevalec, OC 3 = tretji ocenjevalec; N = število; TPO = tek s poudarjenim odzivom.

Postavlja se nam torej vprašanje, ali so operativni cilji zares dosegljivi za vse učence oziroma dijake ter ali so dovolj natančno opredeljeni, da jih vsi športni pedagogi razumejo enako.

Medocenjevalska skladnost

Skladnost med ocenjevalcema smo ugotovljali z izračunom Cronbachove alfe za vsakega izmed izbranih testov za vsak model ocenjevanja posebej. Izračunani koeficienti so prikazani v Tabeli 4. Ugotovili smo, da sta bila ocenjevalca najbolj skladna pri celostnem načinu ocenjevanja. Ker vrednosti od vključno 0,60 do 0,70 pomenijo sprejemljivo zanesljivost, vrednosti od vključno 0,70 do 0,90 dobro in od vključno 0,90 naprej odlično, je izračunana skladnost med ocenjevalcema dobra pri skoku v daljino in sprejemljiva pri skipingu, striženju ter metu žvižgača, medtem ko sta bila ocenjevalca precej neskladna pri ocenjevanju teka s poudarjenim odzivom in sunka težke žoge na celostni način (pri sunku je izračunana nesprejemljiva zanesljivost tudi za utežni in analitični model). Za neskladnost pri določenih testnih nalogah so tako kot pri majhni variabilnosti lahko krive različne predstave o idealni izvedbi, zato ugotavljamo, da bi bilo pri celostnem modelu treba natančno opredeliti opisnike za vsako oceno posebej.

Povprečne ocene

V Tabeli 5 so predstavljene povprečne ocene ocenjevalcev za vseh šest testnih nalog in za vse modele ocenjevanja. Analitični način se je skoraj pri vseh testih (razen striženja) izkazal kot najstrožji, saj so povprečne ocene najnižje, v primerjavi z ostalima modeloma. Med celostnim in utežnim pa ni opaznejših razlik, vendar se bomo pri razlaganju rezultatov osredotočili na ocene, pridobljene na celostni način, kajti z izračunom Cronbachove alfe smo ugotovili, da je ta najzanesljivejši model ocenjevanja atletskega gibalnega znanja. Da bomo v prihodnje za ocenjevanje atletskega znanja uporabljali celostni model, smo se odločili tudi zaradi ekonomičnosti z vidika časa. Tako pri utežnem kot tudi pri analitičnem načinu je namreč opredeljenih veliko kriterijev (glej Priloge 2 in 3), kar pomeni, da si mora ocenjevalec mnogokrat ogledati vsak posnetek. Poleg tega, da je časovno potratno, zahteva od ocenjevalca zelo visoko raven koncentracije, zaradi česar ne more oceniti veliko posnetkov zapored, ne nazadnje pa je verjetnost napak precej večja.

Tabela 4.w
Skladnost med ocenjevalcema

Model \ Testna naloga	Skiping	Striženje	TPO	Daljina	Žvižgač	Sunek
Celostni	0,68	0,68	0,45	0,8	0,64	0,57
Utežni	0,65	0,83	0,64	0,37	0,28	0,36
Analitični	0,7	0,53	0,67	0	0,42	0,36

Opomba. TPO = tek s poudarjenim odzivom.

Tabela 5.
Povprečne ocene po testnih nalogah

Model \ Testna naloga	Skiping	Striženje	TPO	Daljina	Žvižgač	Sunek
Celostni	1,60	2,35	2,00	2,15	1,98	1,63
Utežni	2,31	1,88	1,67	2,15	1,92	1,77
Analitični	1,46	2,50	1,46	1,56	1,25	1,48

Opomba. TPO = tek s poudarjenim odzivom.

Tabela 6.
Frekvenčna porazdelitev ocene 1 po celostnem modelu ocenjevanja

Testna naloga \ Ocenjevalec	Ocenjevalec 1	Ocenjevalec 2
Skiping	17	10
Striženje	8	0
Tek s poudarjenim odzivom	12	9
Skok v daljino	14	0
Met žvižgača	16	3
Sunek težke žoge	16	14

Najvišjo povprečno oceno ima striženje (2,35). Nad oceno 2 je še skok v daljino s krajšim zaletom, medtem ko skiping in sunek težke žoge izstopata zaradi nizke povprečne ocene (približno 1,60). Kot smo razpravljali že pri variabilnosti, nas povprečne ocene okrog dve niso presenetile, saj so bili uporabljeni kriteriji, s katerimi bi lahko ocenjevali tudi trenirane atlete.

Zgovorni so podatki o tem, koliko enic sta študentom podelila ocenjevalca pri posameznem testu, kar je prikazano v Tabeli 6. Ker ocena 1 pri celostnem modelu ocenjevanja pomeni »Nepravilna izvedba« oziroma »Ne izvede ali neusklajeno z navodili«, izraža neustrezno znanje. Ob pogledu na Tabelo 6 lahko razberemo, da sta pri skipingu in sunku oba ocenjevalca podelila oceno 1 približno dvema tretjinama študentov. Ocenjevalec 1 je vsaj polovico izvedb ocenil z 1 še pri teku s poudarjenim odzivom, skoku v daljino in metu žvižgača, kar pomeni, da je prikazano gibanje štel za povsem neustrezno.

Sklenemo lahko, da je atletske znanje študentov Fakultete za šport ob vpisu na fakulteto precej slabo. Res pa je, da je ocenjevanje gibalnega znanja zelo težavno, zato moramo navesti nekaj omejitev študije. Ugotavljamo, da smo se ušeli pri izbiri nekaterih testnih nalog, in sicer smo skipingu in teku s poudarjenim odzivom dodali prehod v šprint. Zelo zahtevno je določiti kriterije ocenjevanja za tako kompleksne naloge, po drugi strani pa se tega študenti niso učili v šoli (ker v učnih načrtih ni opredeljeno, da morajo znati iz skipinga ali teka s poudarjenim odzivom preiti v šprint), zato sta bila zanje testa pretežka. Poleg tega je bil zajem podatkov precej slab – zaradi premajhnega prostora študenti niso mogli v celoti prikazati nekaterih elementov, nekateri posnetki so prekratki (odrežejo del izvedbe), slabša je tudi osvetljenost prostora.

Kljub naštetim omejitvam smo ugotovili slabo atletske gibalno predznanje naših študentov, zaradi česar predpostavljamo, da je v splošnem atletske znanje sloven-

skih mladostnikov, ko zaključijo obvezno osnovnošolsko in srednješolsko izobraževanje, slabo. Razlogi za to so različni. Najprej se je treba vprašati, koliko se učenci naučijo pri športu v osnovni šoli oziroma ali zares dosežejo cilje, opredeljene v učnem načrtu. Možno je, da imajo učitelji športa preveč mile kriterije in da njihove ocene ne izražajo dovolj velike variabilnosti znanja. Po drugi strani je verjetno, da otroci in mladostniki še hitreje izgubijo usvojeno znanje (pozabijo), kot so ga pridobili. Da je znanje trajnejše, pa je v veliki meri odvisno od učiteljevega pristopa k poučevanju. Čeprav je omejen z učnim načrtom, številom ur športa oziroma športne vzgoje in dolžino posamezne vadbene enote, prostorsko, zaradi pomanjkanja pripomočkov in še bi lahko naštevali, je z ustreznim pristopom mogoče zagotavljati pozitivne učinke učnega procesa – ne samo gibalnih, temveč tudi psihosocialne ter kognitivne (Bailey idr., 2009; Gurvitch in Metzler, 2013). Učitelji se pogosto preveč obremenjujemo z vsebinami, ki jih moramo podati, namesto da bi razmišljali o tem, kako doseči, da bodo učenci, dijaki oziroma študenti izbrane vsebine zares znali in da bodo učinki na znanje dolgotrajni. V tujini se je oblikovalo mnogo didaktičnih modelov, saj so strokovnjaki prepričani, da je učiteljev pristop k poučevanju zelo pomemben in da različnih vrst ciljev ni mogoče uresničevati z istim pristopom (Gurvitch in Metzler, 2013). Zelo pomembno je tudi, da ima vadeči željo po znanju, drugače se ves čas sicer uči, nauči pa se nikoli ne – ne usvoji izbranega tehničnega elementa. Če razvijejo željo, je do neke mere odvisno od učitelja, ki mora na vadbених enotah skrbeti za čim večjo motivacijo vadečih in dobro skupinsko klimo.

Pri mnogo športnih pedagogih je od izobraževanja preteklo že veliko let, kar pomeni, da se je metodika poučevanja atletskih disciplin lahko malo spremenila, predvsem pa so marsikaj pozabili. Vsem tistim, ki niso več prepričani o svojem znanju atletike, didaktike, pedagogike in psihologije ter bi si želeli izvedeti novosti na področju strategij k poučevanju, metodike poučevanja posameznih osnovnih atletskih disciplin ter pristopov motiviranja vadečih za športno aktivnost, svetujemo, da se redno udeležujejo strokovnega izpopolnjevanja, ki ga za športne pedagoge organizira Fakulteta za šport. Od učiteljevega znanja ter njegove samozvesti pri podajanju vsebin je namreč v veliki meri odvisno, koliko se bodo učenci oziroma dijaki naučili. Kakor pri vseh drugih šolskih predmetih mora biti tudi pri

športu poudarek na učenju – temeljnih gibalnih vzorcev in povezovanju teh v športno specifične gibalne spretnosti (Gallahue idr., 2012; Way idr., 2016).

■ Sklep

Ugotovili smo, da je atletsko znanje študentov Fakultete za šport ob začetku študija slabo in da je za to veliko potencialnih razlogov. Vzroke lahko iščemo pri sebi – v učiteljih, ki smo vsak dan v neposrednem stiku z učenci, dijaki oziroma študenti. Poleg vsebin, ki jih moramo podati zaradi učnega načrta, je treba pri načrtovanju razmišljati o pristopu k poučevanju, s katerim bo posredovanje določene vsebine prineslo največje možne učinke, med drugimi tudi čim daljšo trajnost znanja. Učiteljem športa na osnovnih in srednjih šolah je treba zagotoviti čim več različnih izpopolnjevanj, v okviru katerih bodo izpolnili svoje znanje, da bodo učence oziroma dijake lahko naučili ustreznih temeljnih gibalnih vzorcev, ki predstavljajo osnovo za tekmovalno športno udejstvovanje na eni ter za aktivno preživljanje prostega časa na drugi strani.

Da bomo za prihodnje ocenjevanje atletskega gibalnega znanja izboljšali variabilnost ocen in medocenjevalsko skladnost, bo treba izboljšati merila in opisnike – za celostni način ocenjevanja, ki se je izkazal za najbolj zanesljivega ter najbolj ekonomičnega. Kriterije bi bilo smiselno prilagoditi šolski populaciji in natančneje opredeliti opisnike za vsako oceno. Poleg tega svetujemo, da se v prihodnje ocenjujejo gole naloge, brez prehodov v šprint, saj povzročajo dodatne težave pri izvedbi in tudi pri ocenjevanju. Da bo ocenjevanje lažje in bolj objektivno, je treba nameniti več pozornosti snemanju ter usposabljanju ocenjevalcev, da bosta imela enake (ali vsaj podobne) predstave o idealnih izvedbah in da bosta enako razumela kriterije. Ker izračunana medocenjevalska skladnost ni za vse izbrane testne naloge vsaj dobra, bi bilo morda smiselno razmišljati o dodatnem ocenjevalcu.

■ Literatura

1. Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I. in Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1–27.
2. Gallahue, D. L., Ozmun, J. C. in Goodway, J. D. (2012). *Understanding motor development. In-*

fants, children, adolescents, adults (Seventh edition). New York: The McGraw Hill Companies.

3. Gurvitch, R. in Metzler, M. (2013). Aligning learning activities with instructional models. *Journal of physical education recreation and dance*, 84(3), 30–37.
4. Jurman, B. (1989). *Ocenjevanje znanja. Selekcija in orientacija učencev*. Ljubljana: DZS.
5. Kovač, M., Markun Puhan, N., Lorenci, B., Novak, L., Planinšec, J., Hrastar, I., Pleteršek, K. in Muha, V. (2011). *Učni načrt. Program osnovna šola, Športna vzgoja*. Ministrstvo RS za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo. Pridobljeno s https://www.gov.si/assets/ministrstva/MIZS/Dokumenti/Osnovna-sola/Ucni-nacrti/obvezni/UN_sportna_vzgoja.pdf
6. Lorenci, B., Jurak, G., Vehovar, M., Klajnšček Bohinec, T. in Peričič, K. (2008) *Učni načrt gimnazija Športna vzgoja*. Ministrstvo za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo. Pridobljeno s http://eportal.mss.edus.si/msswww/programi2020/programi/media/pdf/un_gimnazija/un_sportna_vzgoja_gimn.pdf
7. Majerič, M. (2004). *Analiza modelov ocenjevanja športnih znanj* [Doktorska disertacija]. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
8. Majerič, M., Kovač, M., Dežman, B., Strel, J. in Čuk, I. (2004). Analiza treh načinov (celostni, utežni, analitični) ocenjevanja gibalnih znanj na primeru testne naloge gimnastika – preskok čez kozo. V: Kovač, M. (ur.). 17. strokovni posvet športnih pedagogov Slovenije. Nova Gorica: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, str. 157–164.
9. Rutar Ilc, Z. (2003). *Pristopi k poučevanju, preverjanju in ocenjevanju*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
10. SSRSSI (7. 7. 1998). *Katalog znanja, športna vzgoja – poklicno-tehniško izobraževanje*. Pridobljeno s http://eportal.mss.edus.si/msswww/programi2009/programi/noviKZ/PTI_sport_140.htm#3.2
11. SSRSSI (14. 7. 2005). *Katalog znanja ključne kvalifikacije, športna vzgoja – srednje poklicno izobraževanje*. Pridobljeno s http://eportal.mss.edus.si/msswww/programi2006/programi/noviKZ/SPI_SV_164.htm
12. Škof, B., Tomažin, K., Dolenec, A., Marcina, P. in Čoh, M. (2010). *Atletski praktikum. Didaktični vidiki poučevanja osnovnih atletskih disciplin*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
13. Way, R., Trono, C., Mitchell, D., Laing, T., Vahi, M., Meadows, C. in Lau, A. (2016). *Long-Term Athlete Development Resource Paper 2.1*. Canadian Sport for Life. Pridobljeno s http://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2017/04/LTAD-2.1-EN_web.pdf?x96000

asist. Lea Železnik, mag. prof. šp. vzg.,
mag. manag. šp.,
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
lea.zeleznik@fsp.uni-lj.si

Priloga 1.

Navodila za ocenjevanje z uporabo celostnega modela

Način ocenjevanja: Ocenjevalec oceni obe izvedbi s točkami od 0 do 5 po merilih za ocenjevanje (Tabela 1). Pri vsaki izvedbi gibanje razvrsti glede na odstopanje od pravilne izvedbe na lestvici od 0 do 5. Pravilna izvedba pomeni najvišje število točk – 5, 0 točk pa dodeli, če naloge študent ne izvede ali izvedba ni usklajena z navodili. Izvedbe, ki odstopajo od pravilne, ocenjevalec oceni (razvrsti) na lestvici od 4 do 1 glede na svoje strokovno znanje in izkušnje. Število točk za izvedbo gibanja pretvori v oceno po Tabeli 2.

Vpis v ocenjevalni list: Ocenjevalec oceni gibanje s točkami (za prvo in drugo izvedbo) in jih vpiše v okence »Število točk«. Obkroži boljše število točk in jih pretvori v oceno ter vpiše v okence »Končna ocena«. Če se mu zdi potrebno, si lahko zapiše svoje opombe v okence »Opomba za oceno«.

Tabela 1.

Merila za ocenjevanje

TOČKE	MERILO
5	Pravilna izvedba.
4	Izvedbe, ki odstopajo od pravilne.
3	Izvedbe, ki odstopajo od pravilne.
2	Izvedbe, ki odstopajo od pravilne.
1	Nepravilna izvedba.
0	Ne izvede ali neusklajeno z navodili.

Tabela 2.

Ocenjevalna lestvica

OCENA	ŠTEVILO TOČK
1 (nezadostno)	0 in 1
2 (zadostno)	2
3 (dobro)	3
4 (prav dobro)	4
5 (odlično)	5

Priloga 2.

Navodila za ocenjevanje z uporabo utežnega modela (za skipping in prehod v sprint)

Način ocenjevanja: Ocenjevalec oceni obe izvedbi s točkami od 0 do 10. Pri vsaki izvedbi je gibanje razdeljeno na posamezne faze gibanja. Vsaka faza ima določeno največje število točk, ki jih lahko dobi študent. Ocenjevalec oceni posamezne faze gibanja glede na svoje strokovno znanje po spodnjih merilih (Tabela 1), kjer 0 pomeni nepravilno izvedbo, najvišja vrednost (utež) pri določeni fazi gibanja pa pravilno izvedbo. Skupno število točk za posamezne faze gibanja pretvori v oceno po Tabeli 2.

Vpis v ocenjevalni list: Ocenjevalec obkroži točke za posamezne faze gibanja in vpiše seštevek oziroma končno število točk za prvo in drugo ponovitev v ocenjevalni list. Upošteva boljše število točk in jih pretvori v končno oceno.

Tabela 1.

Merila za ocenjevanje pri različnih utežeh

Vrednost uteži	Ocenjevalni profil	
	Nepravilna izvedba	Pravilna izvedba
1	0	1
2	0	1 2
3	0	1 2 3

Tabela 2.

Ocenjevalna lestvica

OCENA	VSOTA UTEŽI (doseženo število točk)
1 (nezadostno)	< 3
2 (zadostno)	3–4
3 (dobro)	5–6
4 (prav dobro)	7–8
5 (odlično)	9–10

Ocenjevalni list 1.

SKIPING IN PREHOD V ŠPRINT

Številka študenta:

Faza gibanja	Max. št. točk (utež)	Izvedba 1			Izvedba 2				
		Nepravilna izvedba	Pravilna izvedba		Nepravilna izvedba	Pravilna izvedba			
SKIPING									
1) Vzravnano položaj telesa.	2	0	1	2	0	1	2		
2) Aktivno postavljanje oporne noge pod telo na sprednji del stopala, popoln izteg pri odzivu.	3	0	1	2	3	0	1	2	3
3) Koordinirano delo rok in nog, amplituda zamaha s pokrčeno nogo je usklajena z amplitudo dela rok.	2	0	1	2	0	1	2		
4) Gibanje ustrezno pokrčenih rok v ramenskem sklepu.	1	0	1		0	1			
5) Naraščanje amplitude in frekvence dela rok in nog, gladek prehod v šprint, ohranitev amplitude in frekvence v šprintu.	2	0	1	2	0	1	2		

ŠTEVILO TOČK SKUPAJ:

KONČNA OCENA:

Prilagojeno po: Škof idr. (2010)

Priloga 3.

Navodila za ocenjevanje z uporabo analitičnega modela (za skiping in prehod v šprint)

Način ocenjevanja: Ocenjevalec oceni obe izvedbi s točkami od 0 do 5 po priloženih merilih in opisnikih (Tabela 1). Gibanje je razdeljeno na posamezne faze (Tabela 2). Vsaka faza ima določene najpogostejše napake, ki se lahko pojavljajo pri tej fazi gi-

banja. Ocenjevalec oceni posamezne faze gibanja glede na Tabeli 1 in 2.

Napake, ki so označene z zvezdico (*), so podrobneje razložene v Prilogi 1 – Dodatni opisi in pojasnila.

Vpis v ocenjevalni list: Ocenjevalec sešteje napake in jih vpiše v okence »Seštevek napak« za prvo in drugo izvedbo. Boljšo izvedbo obkroži in točke boljše izvedbe pretvori v končno oceno.

Skiping in prehod v šprint

Tabela 1.

Merila za ocenjevanje

TOČKE	NAPAKE	OPISNIKI
5	Brez napak ali 2 majhni napaki.	Študent izvede skiping in prehod v šprint ritmično in tekoče brez tehničnih napak ali z dvema majhnima napakama.
4	1 velika in/ali največ 3 majhne napake.	Študent izvede skiping in prehod v šprint ritmično in tekoče, a z eno veliko in/ali največ tremi majhnimi tehničnimi napakami.
3	Največ 2 veliki in/ali največ 4 majhne napake.	Študent izvede skiping in prehod v šprint ritmično in tekoče, a naredi največ dve veliki in/ali največ štiri majhne tehnične napake.
2	Največ 3 velike in/ali največ 5 majhnih napak.	Študent skipinga in prehoda v šprint ne izvede ritmično in tekoče. Naredi največ 3 velike in/ali največ 5 majhnih tehničnih napak.
1	4 ali več velikih in 6 ali več majhnih napak.	Študent skipinga in prehoda v šprint ne izvede ritmično in tekoče. Naredi vsaj 4 velike in/ali vsaj 6 majhnih tehničnih napak.
0	Ne izvede ali neusklajeno z navodili.	Študent skipinga in/ali prehoda v šprint ne izvede ali ga izvede neusklajeno z navodili.

Tabela 2.

Napake pri izvedbi gibanja

Faze gibanja

1) Položaj telesa

- V Telo ni vzravnano.*
- M Pogled je usmerjen v tla.
- M Nemiren trup (prevelike rotacije in/ali odkloni).*

2) Oporna noga in odziv

- V Postavljanje stopala na peto ali izrazito na prste (z visoko dvignjeno peto).
- V Noga se pri odzivu ne iztegne popolnoma (v vseh sklepih).
- M Plantarna fleksija stopala pred postavitvijo na podlago.
- M Postavljanje stopala plosko na podlago.
- M Noga se pred postavitvijo na podlago izteguje naprej.*
- N Postavljanje stopala daleč pred telo (težiščnico).

3) Zamašna noga in koordinacija

- V Delo rok in nog ni koordinirano.
- M Amplituda zamaha z nogo ni usklajena z amplitudo dela rok.

4) Delo rok

- M Gibanje rok ni v ramenskem sklepu.
- M Roke niso ustrezno pokrčene v komolcih.*

5) Prehod v šprint

- V Dvigovanje kolena zamašne noge se ne povečuje (postopno).*
- V Frekvenca dela rok in nog se zmanjšuje.*
- V Odrezan, ni gladek.*
- V V šprintu ne ohrani visokih kolen in frekvence dela rok ter nog.
- M Nagibanje telesa naprej ni postopno.*

Legenda: V – velika napaka; M – majhna napaka; N – ne izvede ali neusklajeno z navodili