

Janko Strel, Boris Sila

ŠPORTNE DEJAVNOSTI SLOVENSKE MLADINE MED 15. IN 18. LETOM STAROSTI

Izvleček

V raziskavo SJM so bili v letu 2008 že tretjič vključeni tudi mladostniki od 15. do 19. leta starosti. Čeprav je njihov vzorec zelo skromen in je zaradi tega potrebno ustrezno vrednotiti tudi rezultate analize, podatki kažejo, da je v prostem času vsak dan športno dejavnih 73 odstotkov fantov in 50 odstotkov deklet (20 odstotkov manj kot leta 2006), razlika med enimi in drugimi pa je statistično značilna. Statistično značilna povezanost pogostosti ukvarjanja s prostočasnimi športnimi dejavnostmi se kaže tudi z izobrazbo očeta in matere. Povsem nedejavnih, če zamaramo ure športne vzgoje v šoli, je v prostem času le 5,4 odstotka fantov in 17,8 odstotka deklet (kar je skoraj polovico več kot leta 2006).

Ključne besede: športna dejavnost, prosti čas, pogostost, mladostniki, razlike.

SPORT ACTIVITIES OF SLOVENIAN ADOLESCENTS AGED BETWEEN 15 AND 18

Abstract

In 2008 the research Slovenian Public Opinion included also young people between 15 and 19 years of age for the third time. Despite the small sample and the consequent reservation toward the quality of the data, it data shows that 73 percent of boys and 50 percent of girls (20 percent less than in 2006) take up sport in their leisure time almost every day and that the difference between boys and girls is statistically significant. Statistically significant differences in leisure time sporting activity is evident also accordingly to the parents' level of education. If the physical education lessons in schools are ignored the percentage of inactive boys is 5,4 percent while the percentage of inactive girls is 17,8 percent (which is almost half more than in 2006).

Key words: sporting activity, leisure time, frequency, youth, differences.

V obdobju adolescence mladi zelo intenzivno osvajajo različne socialne vloge in akademske kompetence, vzporedno pa še vedno poteka zelo buren telesni, gibalni in psihični razvoj ter še posebej pridobivanje osebnostnih kompetenc. Verjetno so se prav zaradi omenjenih razlogov raziskovalci Slovenskega javnega mnenja pred šestimi leti odločili, da bodo začeli spremljati tudi kazalnike športne dejavnosti in druge dejavnike pri mladini, mlajši od 18 let. Podatki iz te študije so osnova tudi za pričujoči članek, v katerem bomo analizirali športno dejavnost mladih glede na število ur prostochasne športne dejavnosti na teden in glede na pogostost njihovega športnega udejstvovanja sploh.

Nove okoliščine spremenjenega načina življenja postavljajo v ospredje nove vrednote, tudi tiste, ki jim jih vabljivo ponuja industrija informacijske zabave ter užitka in ki prinašajo pasivno sprejemanje »izdelkov« virtualne resničnosti. Prav zato je treba skrbno spremljati vpliv nastalih sprememb na pogostost, vrsto in način ukvarjanja s športnimi dejavnostmi.

Čeprav je v proces šolanja mladine v starostnem obdobju med 15. in 18. letom vključenih več kot 95 % mladih, bi se še posebej morali ukvarjati s preostalim delom mladine, ki je

po vsej verjetnosti na obrobju družbenega življenja in zato še bolj občutljiv za biopsihosocialne spremembe, ki pomembno vplivajo na zdravje in kakovost življenja mladih. Pozornost bi veljalo usmeriti tudi v nekatere druge specifične skupine, na primer v tisti segment ženske mladine, ki ga lahko uvrščamo med podhranjene. Tako v literaturi zasledimo podatke o motnjah hranjenja pri 5 do 10 % srednješolk (Cesar, 2006; Strel, Starc in Kovač, 2009).

Omeniti velja, da se v obdobju pozne pubertete pri fantih rezultati v motoričnih testih z leti še vedno izboljšujejo (Brettschneider in Naul, 2004; Kovač, 1999; Strel, Starc in Kovač, 2009), pri dekletih pa prihaja do stagnacije ali celo upada nekaterih kazalnikov motoričnega razvoja (Kovač, 1999; Kondrič, 2000; Strel, Kovač in Rogelj, 2009), posebej v splošni vzdržljivosti. Različni raziskovalci navajajo, da se v zadnjih desetletjih pri mladih izboljšujejo predvsem rezultati v testih, ki merijo vzdržljivost v moči trebušnega mišičevja, slabšajo pa v testih, ki merijo vzdržljivost v moči rok in splošno vzdržljivost (Rychtecky, 2004; Strel s sod., 2003; Strel, Kovač in Jurak, 2004; Kovač, 2007; Strel, Starc in Kovač, 2009). Znano je tudi, da so mladi iz družin z nižjim socialnim statusom manj telesno dejavni in se v manjši meri

ukvarjajo s prostočasnimi športnimi dejavnostmi. Na količino prostočasne gibalne aktivnosti pomembno vpliva predvsem stopnja izobrazbe staršev (Jurak s sod., 2003; Jurak, 2006; Kovač, 2007).

Pri obeh spolih se obseg prostočasne gibalne aktivnosti s starostjo postopno zmanjšuje (Brettschneider in Naul, 2004; Jurak s sod., 2003; Jurak, 2006). Tudi v Sloveniji življenjski slog številnih mladih danes zajema predvsem »sedeče« dejavnosti, kot so deskanje po internetu, telefoniranje, igranje računalniških iger in gledanje televizije (Jurak, 2006). Večina raziskav tudi kaže, da so v prostem času dekleta manj športno dejavna od fantov (Ažman, 2004; Brettschneider in Naul, 2004; Jurak s sod., 2003; Jurak, 2006), a se razlike med spoloma tako pri mladih (Jurak, 2006) kot starejših manjšajo (Kovač, Doupona Topić in Bučar Pajek, 2005). Ugotovitve zadnjih desetih let tudi kažejo, da se dekleta v prostem času ukvarjajo z vse bolj podobnimi športi kot fantje, vse bolj pa so si tudi podobni motivi, zaradi katerih se ukvarjajo s športom (Jurak, 2006; Strel, Kovač in Jurak, 2004).

Večletni trendi kažejo, da vedno bolj vstopamo v resno krizo telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine, predvsem zaradi spremenjenega načina življenja (potrošništvo, informacijska in zabavna tehnologija), zaradi česar bo potrebno začeti dosledno upoštevati deklaracijo EU, ki od vlad EU pričakuje uvedbo najmanj treh ure športne vzgoje v vseh stopnjah šolanja (Strel, Starc in Kovač, 2009; Starc, Strel in Kovač, 2010).

■ O vzorcu merjencev in spremenljivkah

V vprašalniku SJM sta bili za področje športne dejavnosti mladih dve vprašanji. Pri prvem so mladi odgovarjali o pogostosti ukvarjanja nasploh, pri drugem pa o konkretnem številu ur športne dejavnosti, brez upoštevanja obvezne športne vzgoje.

Vzorec odraslih občanov v SJM 2008 je zajel 1286 prebivalcev Slovenije, od tega je popolne podatke o športni dejavnosti posredovalo le 65 mladih med 15. in 18. letom starosti. Sestava očiščenega vzorca je razvidna iz preglednice 1. Posebej je treba poudariti, da je vzorec po številu anketiranih mladostnikov zelo majhen (bistveno manjši kot pred dvema letoma), zato je treba rezultate obravnavati z veliko mero zadržanosti. Število vključenih med 15. in 18. letom starosti je zelo skromno, zato predlagamo, da se pri naslednjem anketiranju število mladostnikov poveča vsaj na 150. Tudi anketarji bodo morali biti bolj pozorni na zagotavljanje ustreznega števila oseb v vseh starostnih skupinah. Letos je število 15-letnih mladostnikov v vzorcu najmanjše (11), 18-letnikov pa največje (21).

Preglednica 1: Sestava vzorca po spolu

	Moški	Ženske	Skupaj
N	37	28	65
%	56,9	43,1	100,0

Preglednica 2: Sestava vzorca po starosti

	15 let	16 let	17 let	18 let	Skupaj
N	11	15	18	21	65
%	16,9	23,1	27,7	32,3	100

■ Tedenska športna dejavnost mladostnikov in spol

Razlike v prostočasni športni dejavnosti med spoloma so pri mladostnikih statistično značilne, in to kljub temu, da so v procesu šolske športne vzgoje vgrajeni mehanizmi, ki ne spodbujajo razlik med spoloma. Ker v spodaj prikazane rezultate (preglednica 3) ni vključena dejavnost pri šolski športni vzgoji, so razlike v športni dejavnosti mladih med spoloma realno manjše, toda kljub temu prevelike. Še posebej je opazno dvakrat večje število športno nedejavnih deklet v primerjavi s fanti, toda kljub temu se je v letu 2008 v primerjavi z letom 2006 število športno neaktivnih fantov bistveno bolj povečalo kot število deklet. Če je bilo leta 2006 razmerje v številu športno nedejavnih 3 : 1 v korist deklet, je v letu 2008 razmerje 2 : 1. Tudi v najbolj športno dejavni skupini, kjer se s športom v prostem času mladostniki ukvarjajo 7 ur ali več na teden (večji del je zelo verjetno v procesu treninga), je aktivnih fantov neprimer- no več kot deklet. V skupini povprečno športno aktivnih vsak dan po eno uro pa prevladujejo dekleta. V letu 2008 je športna aktivnost mladih med 15. in 18. letom bistveno manjša, kot je bila v letu 2006.

Zanimiva je ugotovitev, da je Sommers' d-test pokazal statistično značilno, zmerno ($p = ,004$ $r = -,294$) negativno povezanost (toda nižjo kot leta 2006) med spoloma in tedensko športno dejavnostjo. Iz primerjalnih podatkov med polnoletnimi državljani in mladostniki je razvidno, da so razlike med spoloma pri mladih večje kot pri odraslih, hkrati pa velja tudi druga ugotovitev, da so dekleta v najkakovostnejši skupini (5 ur na teden ali več) lahko enakovredno primerjajo z odraslimi moškimi.

Preglednica 3: Tedenska športna dejavnost mladostnikov po starosti

Tedenska športna dejavnost	Moški	Ženske	Skupaj
Nedejavni	28,6	71,4	100
% populacije	5,4	17,8	10,8
1–2 uri na teden	47,1	52,9	100
% populacije	21,6	32,1	26,1
3–7 ur na teden	54,1	45,8	100
% populacije	35,1	39,3	36,9
več kot 7 ur na teden	82,3	17,7	100
% populacije	37,8	10,7	26,1
Skupaj	100,0	100,0	100,0
% populacije	57	43	100,0

Redna športna dejavnost fantov se s starostjo povečuje (z izjemo 17-letnikov), tako da je pri osemnajstih letih tri četrtine fantov redno športno aktivnih. Najnižje število opazimo pri 17-letnikih, kar je presenetljivo in v nasprotju z ugotovitvami pred dvema letoma, ko je bila najnižja športna aktivnost ugotovljena pri najmlajši starostni skupini. Izpostaviti je treba tudi ugotovitev, da se je redna športna dejavnost pri fantih v letu 2008 bistveno zmanjšala, in sicer s 83,0 na 62,2 %. Pri teh podatkih moramo biti do določene mere zadržani, saj je vzorec mladostnikov dokaj majhen za zanesljivo sklepanje. Tudi primerjava redne športne dejavnosti deklet kaže na zanimivo sliko, da dekleta namenjajo manj časa za športne dejavnosti v vseh starostnih skupinah srednješolskega izobraževanja. Iz

rezultatov pogostosti ukvarjanja s športnimi aktivnostmi je razvidno, da se dekleta s povečanjem starosti tudi bistveno več redno ukvarjajo s športom, saj se redna športna aktivnost deklet med 15. in 18. letom starosti več kot podvoji. Posebej je treba poudariti, da se je redna športna aktivnost deklet v letu 2008 v primerjavi z letom 2006 zmanjšala kar za tretjino, in sicer s 73,8 na 50 %. Ponovno moramo izpostaviti, da je vzorec merjenecv zelo skromen in da je te ugotovitve treba jemati z veliko mero previdnosti. Šele večletne spremljave bodo lahko potrdile ali ovrgle trende športne aktivnosti mladih med 15. in 18. letom starosti.

Preglednica 4: Pogostost ukvarjanja s športom med mladostniki po spolu glede na starost

Starost	Spol	Nikoli	Občasno	Redno	Skupaj
15	moški	0,0	42,9	57,1	100,0
	ženske	25,0	50,0	25,0	100,0
16	moški	14,3	14,3	71,4	100,0
	ženske	37,5	25,0	37,5	100,0
17	moški	9,1	45,5	45,5	100,0
	ženske	14,3	28,6	57,1	100,0
18	moški	8,3	16,7	75,0	100,0
	ženske	0	33,3	66,7	100,0
Skupaj	moški	8,1	29,7	62,2	100,0
	ženske	17,9	32,1	50,0	100,0

Mladi so ocenili, da je njihova intenzivnost športne dejavnosti pretežno mešano intenzivna (preglednica 5), kar velja tudi za dekleta, saj razlike niso statistično značilne, čeprav je intenzivnost vadbe deklet na nekoliko višji ravni, kar je ravno nasprotno od ugotovitev pred dvema letoma. Vzroki so verjetno zelo raznovrstni in jih je mogoče iskati v njihovih motivih, čeprav se ti razlikujejo glede na spol, v njihovem osvojenem športnem znanju, ki omogoča intenzivno vključevanje v športne dejavnosti, in v prizadevanju deklet za enakovredno primerjanje s fanti tudi v športu. Očitno smo presegli tudi obdobje, ko so fantje imeli izrazito prednost pri uporabi športnih objektov, določen vpliv pa imajo tudi nekateri specializirani športni objekti in programi, ki so namenjeni skoraj izključno ženskemu spolu, kot so plesne delavnice. Dekleta pa svoj položaj krepijo tudi z bistveno večjim obsegom športne vadbe doma.

Preglednica 5: Tip športne dejavnosti mladostnikov glede na spol

Tip vadbe	Moški	Ženske	Skupaj
nizko intenzivna	%	59,4	40,6
	% populacije	30,0	17,7
mešana	%	44,6	55,4
	% populacije	53,3	57,2
visoko intenzivna	%	36,6	63,4
	% populacije	16,7	25,0
Skupaj	%	56,4	53,6
	% populacije	100	100

■ Tedenska športna dejavnost mladostnikov in tip vadbe

Za natančnejšo predstavitev podatkov smo tedensko športno dejavnost križali s pogostostjo ukvarjanja s športom. Zaradi velikega števila športnih panog, navedenih v vprašalnikih SJM, smo jih združili v dve skupini: visoko in nizko intenzivne. Pri tem smo uporabili klasifikacijo Pateja s sodelavci, ki je podrobneje predstavljena v isti številki revije v prispevku Gregorja Starca in Borisa Sile. Tip vadbe smo potem določili glede na to, s katerimi izmed obeh skupin športnih panog so se anketiranci pretežno ukvarjali. Vadbo tistih, ki so se ukvarjali le z nizko intenzivnimi panogami, smo opredelili kot nizko intenzivno, tistih, ki so se ukvarjali le z visoko intenzivnimi, kot visoko intenzivno, tistih, ki so se ukvarjali z obema tipoma, pa kot mešano vadbo.

■ Tedenska športna dejavnost mladostnikov in izobrazba očeta

Številne raziskave so potrdile, da izobrazba staršev pozitivno vpliva na športno dejavnost otrok, v našem primeru mladih med 15. in 18. letom starosti. Čeprav pozitiven vpliv izobrazbe očeta (Sommers' d-test $r = ,262$) na športno dejavnost ni bil pogosto ugotovljen, pa gre v našem primeru za precej velike razlike med športno dejavnostjo mladih, katerih očetje imajo zgolj osnovno šolo ali še manj, v primerjavi z bolj izobraženimi očetmi. Pri teh ugotovljamo, da so mladostniki nekajkrat bolj športno dejavni. Višja stopnja izobrazbe očetov je povezana tudi z boljšim gmotnim položajem in večjo športno ozaveščenostjo. Raziskave SJM so večkrat potrdile, da so bolj izobraženi očetje tudi bolj športno dejavni. Zanimiva pa je ugotovitev,

Preglednica 6: Tedenska športna dejavnost mladostnikov glede na izobrazbo očeta ($p = ,040$; $r = ,262$)

Tedenska športna dejavnost	NEOŠ	OŠ	SŠ	GIM	VIŠJA	VISOKA	MAG	skupaj
Nedejavni	%	20,0	40,0		20,0	20,0		100
	% populacije	100,0	25,0		11,1	8,3		8,8
1–2 uri na teden	%		20,0	40,0	20	20,0		100
	% populacije		37,5	27,2	33,3	25,00		26,3
3–5 ur na teden	%		8,7	47,8	21,7	8,7	13,0	100
	% populacije		25,0	50,0	55,5	100	25,0	40,4
več kot 5 ur na teden	%		7,1	35,7		35,7	21,4	100
	% populacije		12,5	22,7		41,7	100	24,6
Skupaj	%	100,0	100	100	100	100	100	100
	% populacije	1,7	14,0	38,6	15,7	3,5	21,1	5,3

da so najbolj športno dejavni mladi (v povprečju vsak dan eno uro), katerih starši imajo srednjo šolo, skoraj pa ni razlik med mladimi, ki imajo starše s srednjo izobrazbo ali fakulteto, v športni aktivnosti več kot 7 ur na teden (otrok, katerih starši imajo končano le osnovno šolo, je 4-krat manj, med tistimi mladimi, ki imajo starše z nedokončano osnovno šolo, pa ni nikogar, ki bi se ukvarjal s športom več kot sedem ur na teden).

■ Tedenska športna dejavnost mladostnikov in izobrazba matere

Pozitivna vloga izobražene matere na športno dejavnost otrok je bila večkrat potrjena. V naši analizi pa tega leta 2006 nismo ugotovili, saj izobrazba matere ni pokazala statistično značilne povezanosti s športno dejavnostjo mladostnikov. Ker je bil vzorec anketiranih mladostnikov v SJM za leto 2006 skromen, smo opozorili, da moramo ugotovitve sprejeti z določeno mero zadržanosti. Zato bo omenjeno ugotovitev v naslednjih raziskavah potrebno ponovno preveriti in jo šele nato v celoti povzeti in tudi ustrezno opozoriti na spremenjena razmerja v odnosu do vzgoje mladostnikov. V letu 2008 se je previdnost izkazala za upravičeno, saj ugotavljamo statistično pomembno pozitivno povezanost (.231), ki je sicer nekoliko nižja kot pri očetih. Vpliv staršev na športno dejavnost mladih tudi v obdobju adolescence je še vedno pomemben, saj starši lahko nastopajo v vlogi tistega, ki dodatno motivira mlade k športni dejavnosti, pomembna pa je tudi vloga športno aktivnega starša, ki je lahko zgled za športno dejavnost, pri nekaterih vsebinah in oblikah športnega udejstvovanja pa celo partner.

Seveda pa kljub zadržkom ugotavljamo, da je športna dejavnost mladine v prostem času v letu 2008 na zelo skromni ravni, saj se s športom redno ukvarja 62 % fantov in 50 % deklet, kar je za 20 % manj kot leta 2006. Tem podatkom je treba dodati še od ene do treh ur obvezne športne vzgoje v šoli.

Ni dvoma, da mladi posvečajo športu razmeroma veliko pozornosti, saj prosti čas usmerjajo tako, da je precejšen delež namenjen športnim dejavnostim. Toda ob dokaj veliki količini časa, ki ga namenijo športu, bi pričakovali, da se bo tak odnos do športa pokazal tudi v ustrezni telesni samopodobi in gibalni zmogljivosti. Raziskave namreč kažejo (Strel, 2003; 2006), da je motorična zmogljivost mladih slabša, količina podkožnega maščevja pa se povečuje, in sicer pri fantih bolj kot pri dekletih. Za dekleta bi lahko celo trdili, da so pri njih minimalni pozitivni trendi, v nekaterih primerih stagnacija, le v izjemnih primerih gre za minimalno poslabšanje nekaterih gibalnih sposobnosti, skupaj bolj pozitivni od trendov pri fantih. Kako je torej mogoče, da se dekleta s športom manj ukvarjajo in imajo vseeno ustrežnejše trende razvoja gibalnih sposobnosti, pa tudi razvoj telesnih značilnosti pri njih je ugodnejši kot pri fantih?

Pri tem se postavlja vprašanje kakovosti vodenja športnih dejavnosti. Zelo verjetno so razlogi v tem, da se dekleta s športnimi dejavnostmi v večji meri ukvarjajo bolj organizirano, predvsem v fitnes centrih in plesnih delavnicah, pa tudi v drugih športih so pogostejše vključena v organizirano vadbo. Naslednji mogoči razlog pa je ta, da se pogostejše odločajo za načrtno vadbo, ki ima natančno določen cilj. Pogosta vadba doma nas prepričuje, da se za športno dejavnost odločajo zelo

Preglednica 7: Tedenska športna dejavnost mladostnikov glede na izobrazbo matere ($p = ,030$; $r = ,231$)

Tedenska športna dejavnost		NEOŠ	OŠ	SŠ	GIM	višja	visoka	Mag-dr	skupaj
nedejavni	%		28,6	28,6	42,9				100
	% populacije		25,0	16,7	11,1				10,9
1–2 uri na teden	%		17,6	11,8	52,9	5,9	11,8		100
	% populacije		37,5	16,7	33,3	25,0	15,4		26,6
3–5 ur na teden	%		4,2	25,0	41,7	8,3	20,8		100
	% populacije		12,5	50,0	37,0	50,0	38,5		37,5
več kot 5 ur na teden	%		12,5	12,5	31,2	6,2	37,5		100
	% populacije		25,0	16,7	18,5	25,0	46,1		25,0
Skupaj	%	0	100	100	100	100	100	0	100
	% populacije	0	12,5	18,7	42,2	6,3	20,3	0	100

■ Razprava in sklepi

Podatki SJM o športni dejavnosti mladih v letu 2008 so zelo zaskrbljujoči (bistveno slabši kot v letu 2006), in to kljub temu, da je zelo malo primerljivih reprezentativnih podatkov o mladini med 15. in 18. letom starosti. To nalogo bo treba šele opraviti, ker primerljivi, toda neobjavljeni podatki vendarle obstajajo. Rezultate SJM 2006 in 2008 o mladini med 15. in 18. letom starosti moramo obravnavati tudi z določeno mero previdnosti, saj je bilo število anketiranih mladostnikov s popolnimi podatki o njihovi športni dejavnosti zelo skromno. Ker so bili podatki o športni dejavnosti mladostnikov do 18. leta šele tretjič zbrani, tudi ni mogoče ugotavljati zanesljivih trendov sprememb.

načrtno s ciljem uravnavati telesno težo in oblikovati telo, ki naj bo vitko, vitalno in lepo. Primerni zdravstveni cilji so sestavina takšnega pristopa pri dobro načrtovani športni vadbi. Med cilji športne dejavnosti so zadovoljstvo pri ukvarjanju z določenimi športnimi vsebinami in predvsem socialni učinki, ki se kažejo v večji socialni prilagodljivosti in doživetjih, povezanih z naravo, tehnologijo in osebnimi komunikacijami.

In zakaj se gibalna zmogljivost fantov zmanjšuje oziroma stagnira, čeprav se bistveno več ukvarjajo s športom kot dekleta? Številne raziskave, tudi SJM, so že večkrat potrdile, da se moški (tudi moška mladina) bistveno manj ukvarjajo z organiziranimi športnimi dejavnostmi kot ženske. Pogosto je špor-

tna dejavnost fantov spontana in v lastni organizaciji, zato je tudi manj načrtna in sistematična. Naslednji razlog za manjšo učinkovitost so tudi motivi za šport. Pri fantih ni v ospredju zdravje, temveč užitek in zadovoljstvo. S temi cilji samimi po sebi ni prav nič narobe, saj takšna naravnost omogoča zadovoljstvo, vendar pa takšni motivi verjetno niso tako učinkoviti. Po vsej verjetnosti bi bilo treba vzporedno ali celo prej poskrbeti tudi za ustrezno gibalno zmogljivost in primerno telesno razvitost, da bi lahko še bolj uživali in bili zadovoljni. Predvsem pa bi si ustvarili boljšo podlago za kasnejša leta, ko predvsem pri moških začne hitro naraščati telesna teža in še bolj padati gibalna zmogljivost. Zasnova neustreznega gibalnega in telesnega razvoja se konča prav v mladostnih letih, kasneje pa lahko praviloma le vzdržujemo obstoječe stanje. Prav zaradi ugotovljenega stanja bi se bilo treba z mladimi v strokovnem delu v večji meri posvetiti predvsem reševanju zgoraj navedenih problemov.

Ker se dekleta manj ukvarjajo s športom kot fantje in ker se fantje manj ukvarjajo organizirano s športom, bi zato, da bi vključili še večje število mladih, morali bolj smelo ustvarjati pogoje v društvih, pri zasebnikih in v šoli. Za to pa potrebujemo še več športnih objektov in učinkovitejšo spodbudo za športne dejavnosti v naravi, ki ima skoraj neomejene možnosti, hkrati pa ima vadba v naravi izjemne zdravstvene učinke in lahko prispeva k vzpostavljanju pozitivnega odnosa mladih do narave in njenega varovanja. V tej smeri je treba opraviti različne aktivnosti. Za tiste mlade, katerih starši imajo dovolj denarja, je treba izboljšati športno ponudbo in jo ustrezno ponuditi mladini. Ustrezna promocija, oglaševanje in kakovost programov so prvi pogoj za usmerjanje mladih v organizirana oblike športnih dejavnosti. Za dokaj velik del mladine, ki nima ustrezne finančne podpore, pa bo treba bolj kot doslej opozoriti odgovorne na javni interes in odgovornost, ki jo imajo pri tem, da socialno šibkejšim zagotovijo tudi pravice in možnosti za ukvarjanje s športom.

Glede na pogostost športnih dejavnosti mladih sta redna športna vzgoja in delo v društvih zagotovila ustrezne rezultate, saj je več kot očitno, da športna znanja pri mladini niso skromna in da je dosežena osnovna motiviranost za lastno športno aktivnost. Toda neuresničenih nalog je še veliko, saj bi praktična športna znanja lahko bistveno izboljšali, predvsem pa mlade tudi boljše teoretično izobrazili, da bi lahko bili še bolj dejavni kot njihovi očetje. Prav je, da so očetje, zlasti tisti, ki so izobraženi, zelo pomembni za pogostost športne vadbe mladih. Dobrodošla je ugotovitev, da smo letos ugotovili tudi pozitivno povezanost med izobrazbo mater in športno dejavnostjo mladih. Izpostaviti pa moramo, da je povezanost očeta in matere statistično značilna, toda razmeroma nizka. Ni pa dvoma, da je spodbuda staršev za ukvarjanje s športom tudi pri mladostnikih še vedno pomemben dejavnik. Tudi pri športni vzgoji v šoli so še rezerve, zato bodo morali na tem področju storiti še bistveno več kot v preteklih desetletjih. Ustrezne državne institucije, šolske in zdravstvene, pa bi lahko zagotovile še več in še kakovostnejšo športno vzgojo. Zagotoviti bo treba tudi boljše materialne razmere predvsem v večjih mestih, kjer so športni objekti prepogosto popolnoma neprimerni, zanemarjeni ali jih v določenih soseskah sploh ni.

Literatura

1. Ažman, D. (2004). Kajenje in šport v prostem času pri osnovnošolcih in srednješolcih. V: R. Pišot s sod. (ur.), *Child in motion* (str. 9). Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče.
2. Brettschneider, W. B., Naul, R. (2004). Study on young people's lifestyle and sedentariness and the role of sport in the context of education and as a means of restoring the balance. Final report. Paderborn: University of Paderborn and Council of Europe.
3. Cesar, P. (2006). So današnja mlada dekleta res debela? V: M. Kovač in A. Rot, *Zbornik referatov 19. strokovnega posveta športnih pedagogov Slovenije* (str. 115–118). Murska Sobota: Zveza društev.
4. Department of Health. (2000). National diet and nutrition survey: young people aged 4 to 18. London: HMSO.
5. Hardman, K. (2002). Council of Europe survey (CDDS). European physical education/sport survey. Report on summary of findings. Strasbourg: Council of Europe.
6. Jurak, G. (2006). Sports vs. the »cigarettes & coffee« lifestyle of Slovenian high school students. *Anthropological Notebooks*, 12(2), 79–95.
7. Jurak, G., Kovač, M., Strel, J., Majerič, M., Starc, G., Filipčič, T. s sod. (2003). Sports activities of Slovenian children and young people during their summer holidays. Ljubljana: University of Ljubljana, Faculty of Sport.
8. Kondrič, M. (2000). Promjene odnosa između nekih antropometrijskih osobina i motoričkih sposobnosti učenika od 7. do 18. godine. Doktorska disertacija. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Fakultet za fizičku kulturu.
9. Kovač, M. (1999). Analiza povezav med nekaterimi gibalnimi sposobnostmi in fluidno inteligentnostjo učenč, starih od 10 do 18 let. Doktorska naloga. Ljubljana: Fakulteta za šport.
10. Kovač, M. (2006). When social becomes biological: The effect of different physical education curricula onto the motor and physical development of high school girls. *Anthropological Notebooks*, 12(2), 97–112.
11. Kovač, M., Doupona Topič, M., Bučar Pajek, M. (2005). Primerjava športnorekreativne dejavnosti posameznih javnosti. V: M. Kovač, G. Starc in M. Doupona Topič, *Šport in nacionalna identifikacija Slovencev* (str. 121–161). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.
12. Kovač, M., Starc, G., Doupona Topič, M. (2005). Šport in nacionalna identifikacija Slovencev. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.
13. Kovač, M., Leskošek, B., Strel, J. (2007). Morphological characteristics and motor abilities of boys following different secondary-school programmes. *Kinesiology*, 39(1), 62–73.
14. Rychtecký, A. (2004). Study on young people's lifestyles and sedentariness and the role of sport in the context of education and as a means of restoring the balance. Czech, Polish, Slovak, and Slovenian cases. Czech Republic: Charles University of Prague.
15. Starc, G., Strel, J., Kovač, M. (2010). Telesni in gibalni razvoj slovenskih otrok in mladine v številkah. Šolsko leto 2007/2008. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
16. Strel, J., Kovač, M., Jurak, G. (2004). Study on young people's lifestyle and sedentariness and the role of sport in the context of education and as a means of restoring the balance. Case of Slovenia – Long version. Ljubljana: Fakulteta za šport. <http://www.fsp.uni-lj.si/didaktika>.
17. Strel, J., Kovač, M., Jurak, G., Bednarik, J., Leskošek, B., Starc, G., Majerič, M., Filipčič, T. (2003). Nekateri morfološki, motorični, funkcionalni in zdravstveni parametri otrok in mladine v Sloveniji v letih 1990–2000. Ljubljana: Fakulteta za šport: Inštitut za kineziologijo.

18. Strel, J., Kovač, M., Rogelj, A. (2005a). Podatkovna zbirka Športnovzgojni karton – poročilo za šolsko leto 2004/2005 in nekatere primerjave s šolskim letom 2003/2004. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.
19. Strel, J., Kovač, M., Rogelj, A. (2005b). Kje pa vas stroka žuli ali kako različni so dijaki v naših srednjih šolah. Šport mladih, 13(10), 34–35.
20. Strel, J., Kovač, M., Rogelj, A. (2006). Podatkovna zbirka Športnovzgojni karton – poročilo za šolsko leto 2005/2006 in nekatere primerjave s šolskim letom 2004/2005. Ljubljana: Fakulteta za šport.
21. Strel, J., Starc, G., Kovač, M. (2009). Analiza telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine v slovenskih osnovnih in srednjih šolah v šolskem letu 2008/2009. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

prof. dr. Janko Strel, prof.šp.vzg.
univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport – Katedra za šolsko
športno vzgojo
e-naslov: janko.strel@fsp.uni-lj.si