



Gregor Jurak

## Diagnoza: čil, dobro pripravljen za odraslo dobo



SLOfit oz. športnovzgojni karton je 30-letnik. Preživel je lepo otroštvo (sistemsko uvedbo v šole) in uspešno prebrodil najstniške težave (npr. omejitve s področja varstva osebnih podatkov). Pustil je globoko sled v slovenski družbi – vanj je bilo vključenih že več kot polovica prebivalcev Slovenije, vključevanje šolarjev vanj pa v zadnjih letih narašča. Vse od osamosvojitve je SLOfit največja stalnica v slovenskih šolah. Skozi vsakoletna merjenja ga dobro poznajo šolarji, pomnijo ga njihovi starši, некоč tudi sami merjenci, učitelji ga izvajajo že desetletja, stroka ga uporablja pri snovanju strokovnih izhodišč, odločevalci za strateške odločitve, mediji pa kot verodostojen vir informacij o telesnem in gibalnem razvoju. Brez hvalisanja lahko trdimo, da je SLOfit edinstven nacionalni sistem za spremljanje telesnega in gibalnega razvoja, ki nam ga zavida cel svet. SLOfit podatki so vključeni v zbirko Svetovne zdravstvene organizacije za preprečevanje debelosti pri otrocih in zbirko NCD Risk Factor Collaboration, znotraj katere s sodelavci iz celega sveta izvajamo največje epidemiološke študije na svetu. Analize SLOfit podatkov so tako podlaga za znanstvene objave v najbolj priznanih znanstvenih revijah. Kljub njegovi odličnosti in posebnosti pa se pri vzdrževanju in razvoju sistema redno soočamo s finančnimi in organizacijskimi težavami. SLOfit je postal namreč tako samoumeven, da je včasih odnos odločevalcev do njega preveč brezskrben, kar pa je lahko zelo nevarno za njegov obstoj.

Danes je SLOfit na novem razpotju. Njegovo obdobje mladostništva se izteka in vstopa v odraslo dobo, ne zgolj v prispodobi, temveč tudi z vizio vseživljenjskega spremljanja telesne zmogljivosti posameznika. Pri tem se želimo opreti na sodobne tehnologije in posamezniku omogočiti vpogled v njegove rezultate prek spleta in to takoj, prek spletne aplikacije Moj SLOfit. Povratne informacije želimo obogatiti z novimi zanimivimi prikazi, kot so centilne vrednosti, ki kažejo položaj rezultata posameznika znotraj generacije, zdravstveno tveganje, ki izhaja iz rezultatov, ter napoved prihodnjega telesnega in gibalnega razvoja. Da bodo napovedi bolj natančne, načrtujemo zbiranje še nekaterih podatkov o življenjskem slogu posameznika. Ključna paradigma teh prizadevanj je, da od diagnostike preidemo k intervenciji, t.j. da SLOfit podatke učinkovito uporabimo za izboljšanje ali ohranjanje telesne zmogljivosti posameznika. Hkrati si prizadevamo tudi za boljšo zakonodajno ureditev, ki bo olajšala načrtovano zbiranje in prikazovanje podatkov.

Eden pomembnih ciljev našega dela je tudi nazorna predstavitev naših raziskovalnih spoznanj domači splošni javnosti. Zato se načrtno pojavljamo v medijih z zanimivimi izsledki, prek prenovljene spletne strani in Facebook profila pa na poljuden način objavljamo nasvete, ki slonijo na našem raziskovalnem delu.

V pričujoči prilogi revije Šport predstavljamo nekaj utrinkov bogate dediščine SLOfit-a ter razmišljanja o njegovih perspektivah. Najprej skozi intervju ustanovitelj SLOfit-a, prof. dr. Janko Strel, obudi spomine na same začetke vzpostavitve sistema ter strne razmišljanja, kje je SLOfit danes. Ta del nadgradimo z do sedaj najbolj temeljitim zgodovinskim orisom nastajanja in razvoja sistema. Sledita dva prispevka, ki osvetlujeta pomen spremljanja telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine s SLOfit sistemom. V prvem prikažemo nekaj medgeneracijskih primerjav telesnih zmogljivosti šolarjev ter s šolo povezanih intervencij, ki smo jih predlagali na osnovi rednih spremljav, ter njihovih učinkov na telesno zmogljivost šolarjev. V drugem prvič predstavimo 27-letne trende telesnih zmogljivosti šolarjev ločeno po spolu in po posameznih starostnih skupinah ter to primerjamo z nekaterimi ukrepi izobraževalne politike.

Sledita dva uporabniška prikaza SLOfit-a. Eden iz zornega kota športne pedagoginje, ki deluje v enem redkih slovenskih okolij, kjer beležijo precej pozitivne trende telesnega in gibalnega razvoja otrok. Drugi, iz perspektive zdravnika, ki skupaj z ekipo SLOfit razvija model sodelovanja športnih pedagogov in kineziologov v interdisciplinarnem zdravstvenem timu, v katerem sta s pomočjo diagnostike telesnih zmogljivosti najbolj pomembna člana tega tima pri načrtovanju in izpeljavi športnih programov preventivnega zdravstva.

Temo zaključujeta dva prispevka, ki orišeta vizijo nadaljnjega razvoja SLOfit sistema. Najprej predstavljamo analizo poskusne izvedbe SLOfit na študentski populaciji, kot možnost, kako bi bilo mogoče spremljati telesno zmogljivost s tem sistemom skozi celo življenjsko obdobje. Sledi sklepni prispevek, v katerem predstavljamo trenutne in načrtovane dejavnosti, ki bi lahko nadgradile izjemno zapuščino predhodnih raziskovalcev Fakultete za šport na tem področju.

Vabimo vas h kakovostni športni vadbi, ki temelji na ustrezni diagnostiki, med odmorom pa k branju naših prispevkov. Veseli bomo tudi kakšnega vašega odziva.