



FUN FOR VOLLEY BALL

ZNANSTVENE RAZISKAVE

O UČINKOVITOSTI PROGRAMA FUNBALL

ZA OTROKE STARE OD 6 DO 9 LET

Podpora Evropske komisije za pripravo te publikacije ne pomeni potrditve vsebine, ki izraža le mnenja avtorjev, in Komisija ne more biti odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih vsebuje.



Sofinancira program
Evropske unije
Erasmus+

ZNANSTVENE RAZISKAVE O UČINKOVITOSTI

PROGRAMA FUNBALL ZA OTROKE STARE OD 6 DO 9 LET

Za pridobivanje povratnih informacij o zadovoljstvu otrok s programom Funball (6-9) je bil uporabljen Smileyometer, ki so ga izpolnili otroci, ki so sodelovali v aktivnostih programa (Read, 2008). Gre za prilagojeno Likertovo petstopenjsko lestvico, kjer otroci izberejo enega izmed petih ponujenih obrazov, ki predstavljajo grozno (1), nezadovoljno (2), dobro (3), zelo dobro (4) in odlično počutje (5). Otroci so pri izpolnjevanju Smileyometra odgovorili na 5. vprašanj. Vsako vprašanje se je nanašalo na določen del treninga.

Na ta način so otroci izrazili zadovoljstvo nad naslednjimi deli treninga:

1. Igra v ogrevalnem delu treninga – predstavlja igro v uvodnem delu treninga

2. Ogrevanje – predstavlja sklop splošnih pripravljavnih vaj v uvodnem delu treninga

3. Del treninga, ki vključuje druge športe – predstavlja sklop, ki vključuje različne športe v glavnem delu treninga

4. Odbojkarški del treninga – predstavlja specifično odbojkarški del programa v glavnem delu treninga, ki vključuje tudi prilagojeno odbojkarško igro






5. Zaključni del treninga – predstavlja igro v zaključnem delu treninga

Po tem ko so otroci odgovorili na teh pet vprašanj, so izbrali še del treninga, ki jim je bil najbolj všeč.








SMILEYOMETER SA POSTAVLJENIM PITANJIMA






1. Kako ti je bila všeč IGRA V OGREVALNEM DELU treninga?

				
Grozno	Nezadovoljen	Dober	Zelo dober	Odličen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>






2. Kako ti je bil všeč OGREVALNI DEL treninga?

				
Grozno	Nezadovoljen	Dober	Zelo dober	Odličen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>






3. Kako ti je bil všeč del treninga, ki je vključeval DRUGE ŠPORTE?

				
Grozno	Nezadovoljen	Dober	Zelo dober	Odličen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Kako ti je bil všeč ODBOJKARSKI DEL treninga?

				
Grozno	Nezadovoljen	Dober	Zelo dober	Odličen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Kako ti je bil všeč IGRA V ZAKLJUČNEM DELU treninga ?

				
Grozno	Nezadovoljen	Dober	Zelo dober	Odličen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Kateri del treninga ti je bil najbolj všeč?

IGRA V OGREVALNEM DELU	OGREVALNI DEL	DRUGI ŠPORTI	ODBOJKARSKI DEL	IGRA V ZAKLJUČNEM DELU
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ANALIZA PRIDOBLENIH PODATKOV IZ SKUPNEGA VZORCA ODGOVOROV ZA KATEGORIJO 6-7 LET

1. Kako ti je bila vseč IGRA V OGREVALNEM DELU treninga?



Grozen

3



Nezadovoljen

4



Dober

21



Zelo dober

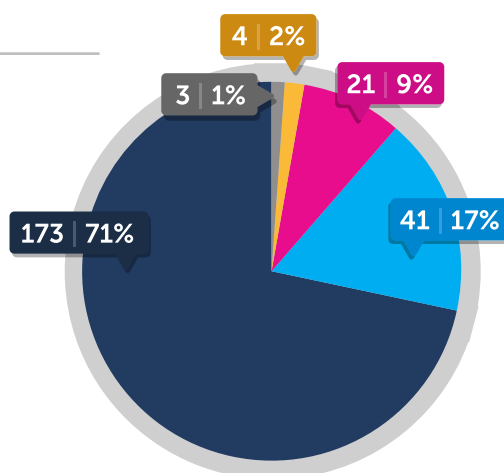
41



Odličen

173

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je velika večina otrok **IGRO V OGREVALNEM DELU TRENINGA** doživela kot odlično (71%), drugi kot zelo dobro (17%) in dobro (9%). Štirje otroci (2%) pa so ta del treninga ocenili kot zelo slabo. Na podlagi tega lahko zaključimo, da je vsebina in trajanje tega dela treninga izbrana optimalno in da se lahko pričakuje pozitivno angažiranje otrok v ostalih delih treninga.



2. Kako ti je bil vseč OGREVALNI DEL treninga?



Grozen

1



Nezadovoljen

9



Dober

30



Zelo dober

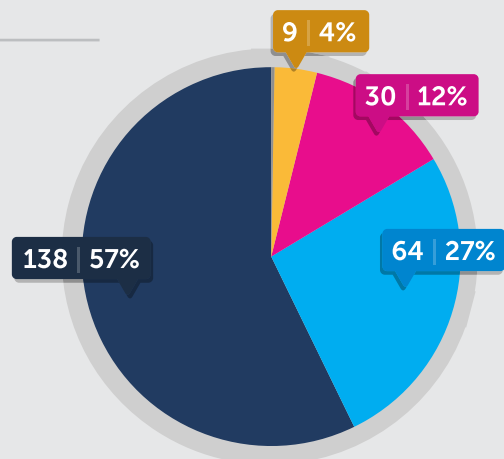
64



Odličen

138

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok **OGREVALNI DEL** doživela odlično (57%), drugi kot zelo dobro (27%) in dobro (12%). Devet otrok (4%) pa je ta del treninga ocenilo kot slabo. Na podlagi tega lahko zaključimo, da je vsebina v tem delu treninga nova za otroke, saj se v tem delu večinoma izvajajo splošne pripravljalne vaje, ki jih otroci v klubih ne izvajajo pogosto ampak so zelo koristne za zdravje otrok.



3. Kako ti je bil vseh del treninga, ki je vključeval DRUGE ŠPORTE?



Grozen

6



Nezadovoljen

9



Dober

23



Zelo dober

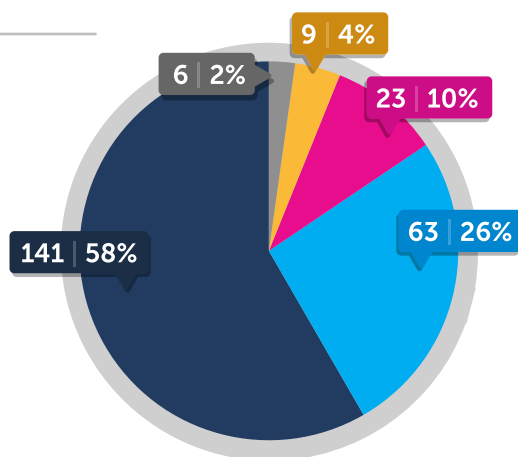
63



Odličen

141

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok del treninga, ki je vključeval **DRUGE ŠPORTE** doživela odlično (58%), drugi zelo dobro (26%) in dobro (10%). Devet otrok (4%) je ta del treninga ocenilo slabo, šest (2%) pa jih je ta del treninga ocenilo zelo slabo. Tako kot v prejšnjem primeru lahko zaključimo, da je velik del vsebin v tem delu treninga nov za otroke saj se vsebina iz drugih različnih športov v klubih verjetno izvaja redko.



4. Kako ti je bil vseh ODBOJKARSKI DEL treninga?



Grozen

3



Nezadovoljen

10



Dober

11



Zelo dober

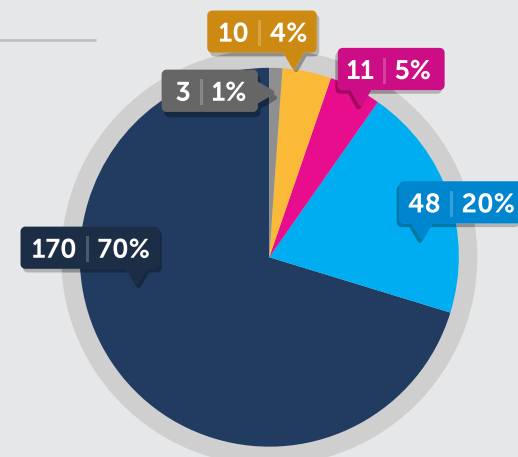
48



Odličen

170

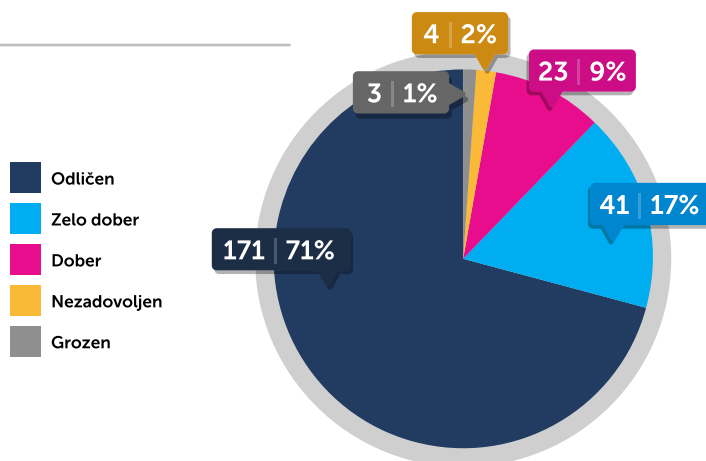
Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok **ODBOJKARSKI DEL** treninga doživela odlično (70%), drugi zelo dobro (20%) in dobro (5%). Deset otrok (4%) je ta del treninga ocenilo slabo, trije (1%) pa so ta del treninga ocenili zelo slabo. Največji odstotek odgovorov v kategoriji odlično in zelo dobro lahko povezujemo z največjo povezanostjo otrok z odbojko - aktivnostjo zaradi katere trenirajo v teh klubih.



5. Kako ti je bila vseč IGRA V ZAKLJUČNEM DELU treninga ?



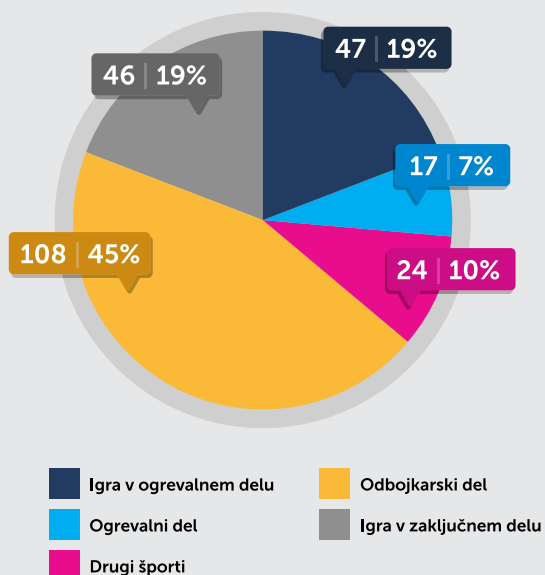
Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok **ZAKLJUČNI DEL** treninga doživela odlično (71%), drugi zelo dobro (17%) in dobro (9%). Štirje otroci (2%) so ta del treninga ocenili slabo, trije (1%) pa so ta del treninga ocenili zelo slabo. Ta del treninga, oziroma Elementarna igra v zaključnem delu, je v celoti upravičila pričakovanja tako otrok, ki so sodelovali v projektu, kot tudi strokovnega dela ekipe projekta FUNBALL.



6. Kateri del treninga ti je bil najbolj všeč?



Če pogledamo zadovoljstvo otrok vseh klubov po posameznih delih treninga, je mogoče ugotoviti, da obstaja določena razpršenost glasov. Večina otrok (45%) se je odločila za **ODBOJKO** oziroma specifično odbojgarski del treninga in tekmovalje. Sledi **IGRA V OGREVALNEM DELU TRENINGA** (19%) in **IGRA V ZAKLJUČNEM DELU TRENINGA** (19%). Na četrtem mestu je del treninga, ki vključuje **DRUGE ŠPORTE** (10%) medtem ko je **OGREVALNI DEL** (7%) izbralo najmanj otrok izmed vseh, ki so izpolnjevali anketo. Otrokom so na splošno najbolj všeč specifične odbojgarske vsebine in tekmovalje, kar ni presenetljivo saj trenirajo v odbojgarskih klubih. Sledijo elementarne igre v zaključnem in uvodnem delu treninga, kar je razumljivo saj se otroci radi igrajo. Na zadnjem in predzadnjem mestu pa je del treninga, ki vključuje druge športe in ogrevalni del, kar kaže na položaj takšnih vsebin v programih za otroke v klubih oziroma selekcijah, ki so bile testirane. Ti podatki niso dobri, saj ima vsebina v teh dveh delih treninga ključno vlogo pri univerzalnem razvoju športnikov, ki je temelj za kasnejši specifični razvoj. Te informacije bi bilo potrebno prenesti trenerjem in jim pokazati možne izboljšave pri kreiranju in izvajanju programov na osnovi katerih bi imeli otroci kasneje boljše možnosti za doseganje boljših športnih rezultatov v dolgoročni športni karieri.



ANALIZA PRIDOBLENIH PODATKOV IZ SKUPNEGA VZORCA ODGOVOROV ZA KATEGORIJU 8-9 LET

1. Kako ti je bila vseč IGRA V OGREVALNEM DELU treninga?



Grozen

3



Nezadovoljen

4



Dober

20



Zelo dober

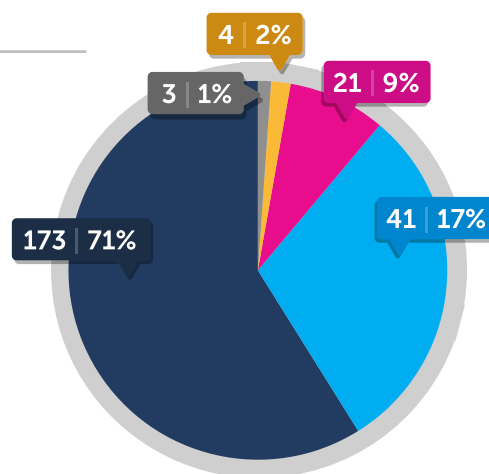
72



Odličen

141

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je velika večina otrok **IGRO V OGREVALNEM DELU TRENINGA** doživela kot odlično (59%), drugi kot zelo dobro (30%) in dobro (8%). Štirje otroci (2%) so ta del treninga ocenili kot slabo, trije (1%) pa zelo slabo. Na podlagi tega lahko zaključimo, da je vsebina in trajanje tega dela treninga izbrana optimalno in da se lahko pričakuje pozitivno angažiranje otrok v ostalih delih treninga.



2. Kako ti je bil vseč OGREVALNI DEL treninga?



Grozen

5



Nezadovoljen

10



Dober

58



Zelo dober

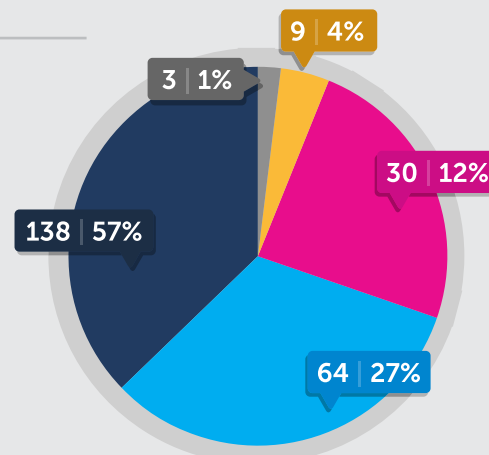
78



Odličen

89

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok **OGREVALNI DEL** doživela odlično (37%), drugi kot zelo dobro (33%) in dobro (24%). Deset otrok (4%) je ta del treninga ocenilo kot slabo, pet (2%) pa kot zelo slabo. Na podlagi tega lahko zaključimo, da je vsebina v tem delu treninga nova za otroke, saj se v tem delu večinoma izvajajo splošne pripravljalne vaje, ki jih otroci v klubih ne izvajajo pogosto ampak so zelo koristne za zdravje otrok.



3. Kako ti je bil vseh del treninga, ki je vključeval DRUGE ŠPORTE?



Grozen

3



Nezadovoljen

8



Dober

30



Zelo dober

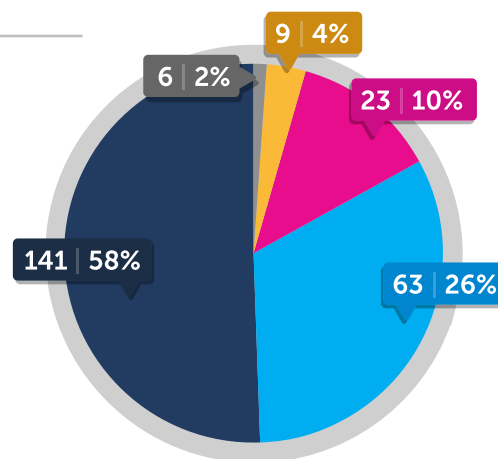
78



Odličen

121

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok del treninga, ki je vključeval **DRUGE ŠPORTE** doživela odlično (50%), drugi zelo dobro (33%) in dobro (13%). Osem otrok (3%) je ta del treninga ocenilo slabo, trije (1%) pa so ta del treninga ocenili zelo slabo. Tako kot v prejšnjem primeru lahko zaključimo, da je velik del vsebin v tem delu treninga nov za otroke saj se vsebina iz drugih različnih športov v klubih verjetno izvaja redko. Kljub vsemu imajo otroci pozitivno mnenje o tem delu treninga, kar pomeni da je poleg pozitivnega vpliva na njihove bio-motorične sposobnosti pozitivno tudi to, da se otroci zabavajo.



4. Kako ti je bil vseh ODBOJKARSKI DEL treninga?



Grozen

4



Nezadovoljen

6



Dober

13



Zelo dober

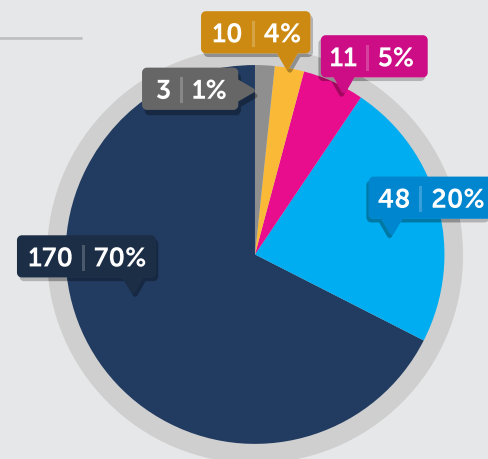
55



Odličen

162

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok **ODBOJKARSKI DEL** treninga doživela odlično (68%), drugi zelo dobro (23%) in dobro (5%). Šest otrok (2%) je ta del treninga ocenilo slabo, štirje (2%) pa so ta del treninga ocenili zelo slabo. Največji odstotek odgovorov v kategoriji odlično in zelo dobro lahko povezujemo z največjo povezanostjo otrok z odbojko - aktivnostjo zaradi katere trenirajo v teh klubih.



5. Kako ti je bila vseč IGRA V ZAKLJUČNEM DELU treninga ?



Grozen

7



Nezadovoljen

8



Dober

23



Zelo dober

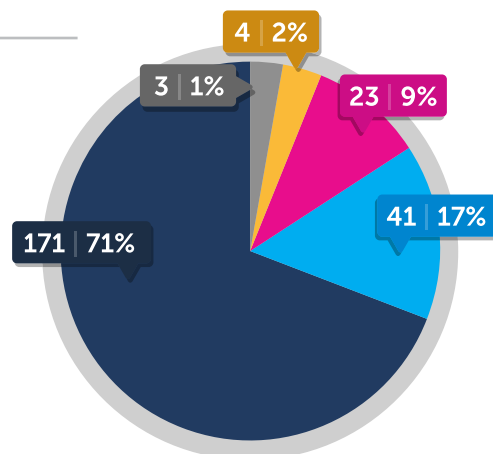
36



Odličen

166

Iz navedenih rezultatov lahko zaključimo, da je večina otrok ZAKLJUČNI DEL treninga doživela odlično (69%), drugi zelo dobro (15%) in dobro (10%). Sedem otrok (3%) je ta del treninga ocenilo slabo, osem (3%) pa je ta del treninga ocenilo zelo slabo. Ta del treninga, oziroma Elementarna igra v zaključnem delu, je v celoti upravičila pričakovanja tako otrok, ki so sodelovali v projektu, kot tudi strokovnega dela ekipe projekta FUNBALL.



6. Kateri del treninga ti je bil najbolj všeč?

IGRA V
OGREVALNEM DELU

31

OGREVALNI
DEL

18

DRUGI
ŠPORTI

22

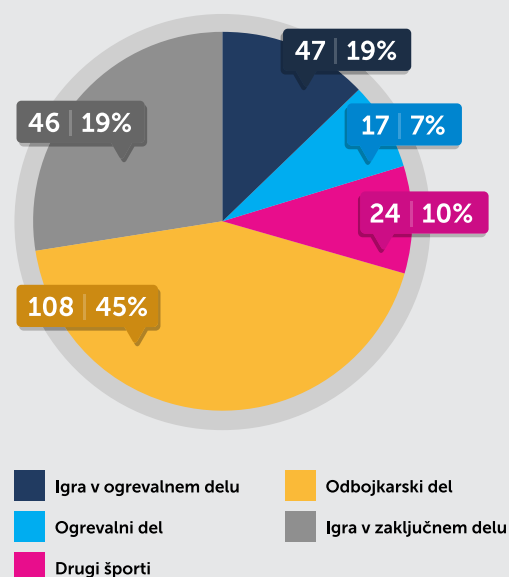
ODBOJKARSKI
DEL


103

IGRA V
ZAKLJUČNEM DELU

66

Če pogledamo zadovoljstvo otrok vseh klubov po posameznih delih treninga, je mogoče ugotoviti, da obstaja določena razpršenost glasov. Večina otrok (43%) se je odločila za **ODBOJKO** oziroma specifično odbojkarški del treninga in tekmovanje. Sledi **IGRA V ZAKLJUČNEM DELU TRENINGA** (28%) in nato **IGRA V OGREVALNEM DELU TRENINGA** (13%). Na četrtem mestu je del treninga, ki vključuje **DRUGE ŠPORTE** (9%) medtem ko je **OGREVALNI DEL** (7%) izbralo najmanj otrok izmed vseh, ki so izpolnjevali anketo. Na splošno, kar se je pokazalo že v mlajši (6-7) kategoriji, so otrokom najbolj všeč specifične odbojcarske vsebine in tekmovanje, kar ni presenetljivo saj trenirajo v odbojcarskih klubih. Sledijo elementarne igre v zaključnem in uvodnem delu treninga, kar je razumljivo saj se otroci radi igrajo. Na zadnjem in predzadnjem mestu pa je del treninga, ki vključuje druge športe in ogrevalni del, kar kaže na položaj takšnih vsebin v programih za otroke v klubih oziroma selekcijah, ki so bile testirane. Ti podatki niso dobri, saj ima vsebina v teh dveh delih treninga ključno vlogo pri univerzalnem razvoju športnikov, ki je temelj za kasnejši specifični razvoj. Te informacije bi bilo potrebno prenesti trenerjem in jim pokazati možne izboljšave pri kreiranju in izvajanju programov na osnovi katerih bi imeli otroci kasneje boljše možnosti za doseganje boljših športnih rezultatov v dolgoročni športni karieri.



The background is a solid blue color. At the top center, there is a large, stylized volleyball icon. Several thick, diagonal lines of varying lengths and orientations are scattered across the upper and lower portions of the page, creating a sense of motion and energy. The text 'FUN FOR VOLLEY BALL' is centered in the middle of the page.

FUN FOR VOLLEY BALL