



OSNOVNA ŠOLA ORMOŽ  
Znanje | Varnost | Odgovornost | Ustvarjalnost

OSNOVNA ŠOLA ORMOŽ

# MOTORIČNI PARK ORMOŽ

PODROČJE: Druga področja – Šport

RAZISKOVALNA NALOGA

Avtorji:

Taja Voršič,

Alen Krabonja,

Rene Voršič

Mentorja: Nejc Podplatnik, prof.,

Simona Jurčec, prof.

Ormož, 2021

## **ZAHVALA**

Za pomoč pri raziskovalni nalogi bi se radi posebej zahvalili našima mentorjema Nejcju Podplatniku, prof. matematike, in učiteljici športa Simoni Jurčec, prof., ki sta nas vzpodbujala pri naših idejah in jih nadgradila. Pomagala sta nam tudi pri organizaciji dela, kar je bilo v času epidemije korona virusa in dela od doma zelo zahtevno. Iskrena hvala učiteljici Tini Zadravec, prof., ki je našo nalogo lektorirala. Posebne zahvale gredo tudi intervjuvanemu Štefanu Pintariču, predstavniku športnega oddelka društva upokojencev. Zahvaljujemo pa se tudi vsem, ki so rešili našo anketo in tistim, ki so podali svoje predloge glede izboljšave zasnove motoričnega parka. Zahvale gredo tudi predstavnikom Fakultete za šport, ki so nam priskrbeli podatke za športnovzgojni karton. Zahvaljujemo se tudi vsem drugim, ki so kakor koli pomagali pri nastanku te raziskovalne naloge.

## KAZALO

|  |    |
|--|----|
| 1 UVOD.....  | 7  |
| 2 TEORETIČNI DEL .....   | 8  |
| 2.1 Motorične sposobnosti .....  | 8  |
| 2.2 Motorični parki po svetu.....  | 9  |
| 2.3 Motorični parki v Sloveniji .....  | 11 |
| 2.4 Poslovni načrt.....  | 14 |
| 3 EMPIRIČNI DEL .....  | 15 |
| 3.1 Raziskovalna vprašanja .....   | 15 |
| 3.2 Hipoteze .....   | 15 |
| 3.3 Metode dela.....   | 15 |
| 3.3.1 Anketa .....   | 15 |
| 3.3.2 Intervju.....  | 16 |
| 3.3.3 Preučevanje literature .....   | 16 |
| 3.3.4 Izris motoričnega parka.....   | 16 |
| 3.3.5 Izdelava interaktivnega videa .....  | 16 |
| 4 REZULTATI IN INTERPRETACIJA .....  | 17 |
| 4.1 Rezultati in interpretacija ankete.....  | 17 |
| 4.2 Interpretacija intervjuja .....  | 21 |
| 4.3 Interpretacija športnovzgojnega kartona 2006–2019 OŠ Ormož – SLOVENIJA učenke in učenci 8. razreda ..... | 22 |
| 4.4 Motorični park Ormož.....  | 31 |
| 5 SKLEP .....  | 36 |
| 6 VIRI IN LITERATURA.....  | 38 |
| 7 PRILOGE.....   | 40 |

**KAZALO SLIK**

|   |    |
|---|----|
| Slika 1: Motorični park Gamlitz (Gibalni park Gamlitz, 2021) .....            | 9  |
| Slika 2: Motorični park Gamlitz (Gibalni park Gamlitz, 2021) .....            | 9  |
| Slika 3: Motorični park Ansfelden (Motorikpark Ansfelden, 2021) .....         | 10 |
| Slika 4: Motorični park Ansfelden (Motorikpark Ansfelden, 2021) .....         | 10 |
| Slika 5: Expano Murska Sobota (Motorični park ob Soboškem jezeru, 2021) ..... | 11 |
| Slika 6: Expano Murska Sobota (Motorični park ob Soboškem jezeru, 2021) ..... | 11 |
| Slika 7: Doživljajski park Križevci (Cica, 2019) .....                        | 12 |
| Slika 8: Doživljajski park Križevci (Cica, 2019) .....                        | 12 |
| Slika 9: Motorični park K2 (Radio Celje, 2020) .....                          | 13 |
| Slika 10: Motorični park K2 (Radio Celje, 2020) .....                         | 13 |
| Slika 11: Motorični park Slovenska Bistrica (bitiFit, 2019) .....             | 14 |
| Slika 12: Osebni športnovzgojni karton .....                                  | 22 |
| Slika 13: Tloris motoričnega parka .....                                      | 31 |
| Slika 14: Vhod v motorični park .....   | 32 |
| Slika 15: Elementi v motoričnem parku .....                                   | 32 |
| Slika 16: Element z interaktivno tablo .....                                  | 33 |
| Slika 17: Uvod v interaktivni video .....                                     | 33 |
| Slika 18: Izbira videov .....   | 34 |
| Slika 19: Hoja naprej .....   | 34 |
| Slika 20: Deljenje zamisli .....  | 35 |

**KAZALO TABEL**

|  |    |
|--|----|
| Tabela 1: Spol .....   | 17 |
| Tabela 2: V katero starostno skupino spadate? .....  | 17 |
| Tabela 3: Ali ste kdaj obiskali motorični park? .....  | 17 |
| Tabela 4: Ali si želite, da bi v Ormožu postavili motorični park? .....                              | 18 |
| Tabela 5: Kako redno bi obiskovali motorični park v Ormožu? .....                                    | 18 |
| Tabela 6: S kom bi obiskali motorični park? .....  | 18 |
| Tabela 7: Koliko bi bili pripravljeni plačati za enkratni vstop v motorični park? .....              | 19 |
| Tabela 8: Poznate motorične sposobnosti človeka? Bi jih znali naštet? .....                          | 19 |
| Tabela 9: Kako bi ocenili sebe? .....  | 19 |
| Tabela 10: Katero svojo motorično sposobnost mislite, da bi morali izboljšati za svoj vsakdan? ..... | 20 |
| Tabela 11: DPR – Dotikanje plošče z roko .....   | 23 |
| Tabela 12: SDM – Skok v daljino z mesta .....  | 24 |
| Tabela 13: PON – Premagovanje ovir nazaj .....   | 25 |
| Tabela 14: DT – Dviganje trupa .....   | 26 |

|   |    |
|---|----|
| Tabela 15: PRE – Predklon na klopci ..... | 27 |
| Tabela 16: VZG – Vesa v zgibi.....        | 28 |
| Tabela 17: T60 – Tek na 60 metrov.....    | 29 |
| Tabela 18: T600 – Tek na 600 metrov.....  | 30 |

## POVZETEK

Smo mlada raziskovalna trojica iz OŠ Ormož. Raziskujemo na področju športa, in sicer na področju motorike. Pripravili smo raziskovalno nalogo, v kateri smo ugotavljali, ali občani Občine Ormož sploh vedo, katera so področja motorike, katere motorične sposobnosti nam lajšajo vsakdan in kako bogatijo življenjski slog, kako se motorične sposobnosti razvijajo, ali bi si naši občani želeli imeti motorični park doma v Ormožu. Zanimalo nas je tudi, ali se zavedamo, zakaj so pomembne razvite telesne sposobnosti, raziskali smo še razliko v razvitosti motoričnih sposobnosti učencev osnovne šole v obdobju 14 let s pomočjo podatkov športnovzgojnega kartona. Vse to nas je zanimalo, da bi naš motorični park bil zasnovan tako, da bi tiste motorične sposobnosti, ki so manj razvite med občani, z uporabo parka lahko izboljšali in s tem povečali kakovost življenja v Ormožu.

Z raziskovalno nalogo smo ugotovili, da zaradi nižjih motoričnih sposobnosti otrok (glede na slovensko povprečje) in zaradi interesa krajanov motorični park potrebujemo. Potrebo oziroma željo po motoričnem parku smo raziskovali na tri načine. Z anketo smo dobili vpogled v mnenje širše starostne skupine občanov – od osnovnošolcev do upokojencev. Z intervjujem smo se podrobneje seznanili s potrebo in z interesom uporabe motoričnega parka naše najstarejše skupine občanov in z analizo podatkov, zbranih z merjenjem za športnovzgojni karton, ugotavljali, kolikšna bi bila v naši občini potreba po parku za skupino ljudi, ki je v dobi največjega motoričnega razvoja in bi ji uporaba motoričnega parka povečala možnost kakovostnejšega zdajšnjega življenja ter oblikovanja načina življenja.

KLJUČNE BESEDE: motorični park, motorične sposobnosti, poslovna ideja, Osnovna šola Ormož

## ABSTRACT

We are a young research trio, we are researching in the field of sports (specifically, in the field of motor skills). We have prepared a research assignment in which we researched whether the citizens of Ormož know what are motor skills and what are the areas of motor skills, which motor skills make our everyday life easier and enrich our lifestyle and whether our citizens would like to have a motor park in Ormož. We were also interested in whether we are aware of the importance of developing physical abilities and investigated the difference in the development of motor skills of primary school students 14 years ago and today with the help of data collected on the sports educational chart. This interested us because we wanted to design our motor park in such a way that the motor skills, which are less developed among the citizens of Ormož, could be improved by using the park and thus we would increase the quality of life in Ormož.

We found, that due to lower motor skills of Ormož's children in comparison to Slovenian average and the interest of locals, we need a motor park. We researched the need or desire for a motor park in three ways. The survey provided an insight into the opinion of a wider age group of citizens from primary school children to pensioners. In the interview we got acquainted with the needs and interests of our oldest group of citizens for using the motor park. By analyzing the data collected on the sports education chart we determined what is the youth's need for the motor park. By using the motor park, the youth would increase the possibility of a better quality of life and shape their way of living.

KEY WORDS: motor park, motor skills, business idea, Primary School Ormož

## 1 UVOD

Vedno bolj se nagibamo k smislu življenja, v katerem sta človekov način dela in proizvodnja zaradi računalništva in napredne tehnologije mnogo manj odvisna od telesnega naprežanja. Posledice napredovanja civilizacije pa so tako pozitivni kot negativni učinki na človeka in na njegovo okolje. Zaradi vedno manjše odvisnosti človeka od njegovega telesnega napora se silovito zmanjšuje njegova gibalna aktivnost, kar pa povzroča psihofizično neuravnovešenost. Zaradi nenehnega razvoja in napredka se je treba vprašati, kako se izogniti negativnim stranskim učinkom (Strel in Šturm, 2002).

Bistvo človekovega življenja ni samo preživetje, temveč je v ospredju vedno bolj kakovost življenja, ki se ne kaže samo z materialnimi dobrinami, temveč v gibalnem udejstvovanju, povezanem z naravo.

Športna dejavnost vpliva na človeka in zaradi povezanosti njegove telesne in duševne narave sooblikuje njegov biološki, psihični in socialni del osebnosti. Najpomembneje je, da je družbeni in pedagoški kontekst zasnovan tako, da otrok oz. mladostnik razvija in spoznava svoje gibalne sposobnosti in telesne značilnosti in z njimi povezano gibalno učinkovitost ob igri, učenju, urjenju in dozorevanju (Strel, Kovač, Rogelj, Leskošek, Jurak, Starc idr., 2003).

Obdobje otroštva in mladosti je najpomembnejše za oblikovanje osebnosti odrasle osebe. Del osebnosti je mogoče oblikovati samo s sredstvi, ki se uporabljajo v športu. Ta sredstva so gibalne dejavnosti in njihov vpliv je z rastjo, razvojem in dozorevanjem vse manjši. Zato se jih je v otroštvu in mladosti treba posluževati zaradi ustreznega kasnejšega oblikovanja in uravnovešanja gibalnega in telesnega razvoja (Strel, Kovač, Rogelj, Leskošek, Jurak, Starc idr., 2003).

Telesna in gibalna samopodoba kot izjemno pomembna dejavnika otrokovega in mladostnikovega razvoja opredeljujeta raven pozitivnega zdravja v najširšem pomenu. Dobro zdravstveno stanje je prvi pogoj dobrega počutja, psihične uravnovešenosti, dobrih medsebojnih odnosov, uspešnosti pri izobraževanju in delu. Določa način in obseg vključevanja v vsakdanje življenje, športne dejavnosti, hkrati pa pomembno vpliva na oblikovanje celovite biopsihosocialne podobe otroka in mladostnika (Strel, Kovač, Rogelj, Leskošek, Jurak, Starc idr., 2003).

Otrok se rodi z določeno dovzetnostjo, s sprejemljivostjo, ki mu je prirojena, ki mu je, vsaj v njegovem zgodnjem razvojnem obdobju, že v naprej določena. V kolikšni smeri se bodo njegove dispozicije v bodoče razvijale, je odvisno od otrokove lastne aktivnosti in od okolja, ki nanj vpliva. Slednje je lahko glede izkušenj, ki mu jih ponuja, zelo bogato ali revno. Zavedati se moramo, da so prve spodbude, ki jih je otrok deležen, za njegov nadaljnji razvoj izjemno pomembne. Spodbudno okolje bo otroka motiviralo k razvoju, medtem ko lahko revno okolje z vidika izkušenj njegov razvoj celo zavira (Pišot in Planinšec, 2005).

V procesu harmonično razvite osebnosti ima zelo velik delež šport. Družba je dolžna dati otroku vzgojo in izobrazbo, neglede na njegov socialni razvoj in položaj. Šport je nenehen proces bogatenja znanj, razvijanja sposobnosti in lastnosti ter, kot smo že omenili, pomembno sredstvo za oblikovanje osebnosti in odnosov med posamezniki. Zato z izbranimi cilji in vsebinami prispevamo k skladnemu razvoju mladega človeka. Ob sprotni skrbi za zdrav razvoj ga učimo, kako bo v vseh obdobjih življenja bogatil svoj prosti čas s športnimi vsebinami (Miklavčič, 1996).

## 2 TEORETIČNI DEL

### 2.1 Motorične sposobnosti

Motorične sposobnosti odločajo o učinkovitosti našega gibanja. Od njih je odvisna izvedba naših gibov. Osnovne gibalne sposobnosti se pojavijo v vseh športnih dejavnostih. Motorične sposobnosti so delno prirojene in delno pridobljene. Poznamo šest primarnih gibalnih sposobnosti (Gasparič, 2009):

- hitrost,
- moč,
- gibljivost,
- ravnotežje,
- koordinacijo,
- preciznost in
- vzdržljivost (funkcionalna sposobnost).

**Hitrost** je sposobnost izvesti gibanje z največjo frekvenco ali v najkrajšem času. Hitrost je sposobnost za hitro izvajanje enostavnih gibalnih nalog. V veliki meri (od 90 do 95 %) je prirojena in jo je možno dodatno razvijati le v zgodnjem otroštvu.

**Moč** je sposobnost za učinkovito izkoriščanje sile mišic pri premagovanju zunanjih sil. Potrebna je za vsako fizično delo pa tudi za pravilno telesno držo. Močnejši ljudje opravljajo fizična dela lažje kot manj močni ljudje in se tudi manj utrudijo. Moč je delno prirojena (50 %). Treniramo jo z različnimi gibalnimi aktivnostmi, predvsem s tistimi, ki zahtevajo premagovanje teže lastnega telesa ali bremen.

**Gibljivost** je sposobnost človeka, da izvaja gibe z veliko amplitudo (z velikim razponom). Za ohranjanje ali večanje gibljivosti izvajamo raztezne vaje. Gibljivost je delno (v 50 %) prirojena in je odvisna od sklepov ter mišic in kit, ki jih obdajajo. Možnost gibanja v sklepu pod večjim kotom pomeni večjo gibljivost. Za treniranje gibljivosti največ uporabljamo vaje tipa stretching, pri katerih sklepe popolnoma iztegnemo ali popolnoma skrčimo in ohranjamo ta položaj od 15 do 30 sekund.

**Ravnotežje** je sposobnost hitrega oblikovanja kompenzacijskih gibov, ki so sorazmerni z odkloni telesa v ravnotežnem položaju. Ravnotežje opredeljujemo kot sposobnost človeka, da ohrani stabilen položaj kljub sili gravitacije in drugim motečim dejavnikom. Ravnotežje je izredno občutljiva motorična sposobnost, sestavljena kot proces.

**Koordinacija** je sposobnost učinkovitega oblikovanja in izvajanja sestavljenih gibalnih nalog. Za dobro koordinirano gibanje je značilno, da je izvedeno pravočasno, natančno in zanesljivo, brez izgubljanja energije in brez odvečnih gibov. Koordinacija je v 80 % prirojena, za trening koordinacije je pomemben zgoden začetek gibalnih dejavnosti, saj lahko vplivamo na njen razvoj le pri najmlajših.

**Natančnost (preciznost)** je sposobnost za natančno določitev smeri in intenzivnosti gibanja. Osnovne informacije za oblikovanje glavnih in korektivnih gibalnih programov se predelujejo v osrednjem živčnem sistemu. Informacije o cilju, razdalji, gibanju itd. nam posreduje čutilo vida in kinestetično čutilo.



**Vzdržljivost** je sposobnost, da opravljamo določeno aktivnost dlje časa, ne da bi jo zaradi utrujenosti morali prekinjati ali bistveno znižati njeno intenzivnost. Merimo jo s časom, ki ga potrebujemo za izvedbo določene naloge (tek na 600 m, 2400 m) (Gasprič, 2009).

## 2.2 Motorični parki po svetu

### Motorik park Gamlitz (Avstrija)

Gibalni park je speljan okrog treh majhnih ribnikov. Vsebuje več kot 30 točk, kar predstavlja okoli 500 igral in več kot 100 različnih načinov vadbe, različne steze za hojo in lovljenje ravnotežja (parkour), tek po valoviti progji, hojo po čutilni progji, vodeno plezanje ... Park oz. celotna steza razgiba celotno mišičevje v telesu. Gibalni park Gamlitz je največji evropski park te vrste (Gibalni park Gamlitz, 2021).



Slika 1: Motorični park Gamlitz (Gibalni park Gamlitz, 2021)



Slika 2: Motorični park Gamlitz (Gibalni park Gamlitz, 2021)

### **Motorični park Ansfelden (Avstrija)**

Vsebuje več kot 130 postaj, izzivi so kreirani na petih glavnih motoričnih področjih, ki so koordinacija, moč, hitrost, prilagodljivost, vzdržljivost. Posebnost parka je tečaj, ki tudi gibalno oviranim osebam omogoča, da preizkusijo in izboljšajo svoje sposobnosti (Motorikpark Ansfelden, 2021).



**Slika 3: Motorični park Ansfelden (Motorikpark Ansfelden, 2021)**



**Slika 4: Motorični park Ansfelden (Motorikpark Ansfelden, 2021)**

## 2.3 Motorični parki v Sloveniji

### Expano Murska Sobota

Motorični park Expano leži ob Soboškem jezeru in je eden največjih parkov v tem delu Evrope. Svoje motorične spretnosti lahko preizkusite na kar 35 različnih napravah. Na voljo so fitnes naprave, tekaška steza, plezalna steza ter različna in zanimiva igrala, primerna za vse starostne skupine.

V sklopu ureditve južnega dela jezera je bila urejena okolica paviljona Expano, jezerske brežine, prireditveni prostor, otroško igrišče, prostor za piknike in motorični park. V sklopu projekta je revitaliziranih 43.183 m<sup>2</sup> degradiranih površin, zasajenih 159 dreves in urejene športno-rekreacijske površine. Motorični park tako vsebuje 35 vadbenih postaj (fitnes naprave, tekaška steza, plezalna steza ter različna igrala, primerna za otroke in odrasle) (Motorični park ob Soboškem jezeru, 2021).



Slika 5: Expano Murska Sobota (Motorični park ob Soboškem jezeru, 2021)



Slika 6: Expano Murska Sobota (Motorični park ob Soboškem jezeru, 2021)



### **Motorični park Križevci**

S 13.000 kvadratnimi metri ponuja številne elemente za različne vrste rekreacije, igro in sproščanje. V njem pa lahko izvajamo tudi različne učne vsebine za spoznavanje gozdnega ekosistema in ekosistemskih storitev. Park je namenjen vsem starostnim skupinam. V motoričnem parku bomo našli kar 20 elementov. Poleg ziplina in slackline poligona najdemo še pot izzivov, čutno pot, kjer se bosi sprehodimo po poteh iz različnih materialov, vodno igrišče, gozdno otroško igrišče in mnoge druge elemente. K njim pa ne prihajajo samo domačini, ampak tudi iz drugih krajev po Sloveniji.

Park doživetij Križevci Ljutomer temelji na celostni obravnavi gozda kot prostora mehke oblike za rekreacijo, sproščanje in učenje o gozdnem ekosistemu. Urejena je krožna rekreacijska pot, v katero so vključeni različni tematski sklopi. Po parku je razporejenih več kot 20 elementov za krepitev kondicije, koordinacije, motorike in sensorike. V največji možni meri je izdelan iz naravno oblikovanih brun (Cica, 2019).



**Slika 7: Doživljajski park Križevci (Cica, 2019)**



**Slika 8: Doživljajski park Križevci (Cica, 2019)**

### Zalog pri Šempetru v Savinjski dolini (Motorični park K2)

Svojevrsten park zabave so uredili na domačem travniku. Sestavljen in postavljen je premišljeno, zanj pa snovalci niso porabili gore denarja. Za gradnjo ovir so uporabili rabljene kose lesa in drugih materialov in s tem odsluženim kosom dali novo vrednost ter namembnost. Postavili so nadvse domiselni poligon, na katerem so najrazličnejše prepreke in naprave za preizkušanje motoričnih sposobnosti (Radio Celje, 2020).



Slika 9: Motorični park K2 (Radio Celje, 2020)



Slika 10: Motorični park K2 (Radio Celje, 2020)

## Drugi motorični parki po Sloveniji

Motorični park **Slovenska Bistrica** ponuja 15 različnih naprav za vse generacije. V parku pa je tudi skate park, ki je najbolj obiskan od osnovnošolskih otrok. Medgeneracijski vadbeni park v **Zrečah** se nahaja sredi umirjenega zreškega parka, ima 15 orodij za naravno in varno vadbo za vse generacije – od najmlajših do najstarejših. Imamo pa tudi veliko manjših motoričnih parkov, kot je Motorični park Osnovne šole Ludvika Pliberška v **Mariboru**. V Sloveniji je še nekaj motoričnih parkov, ki so del pustolovskih oziroma adrenalinskih parkov (bitiFit, 2019).



Slika 11: Motorični park Slovenska Bistrica (bitiFit, 2019)

## 2.4 Poslovni načrt

Celotna ideja o našem motoričnem parku se je začela v projektu Spirit, ki sva se ga udeležila Taja in Alen. V tem projektu smo sodelovali mladi podjetniki, ki smo si skozi projekt ustvarili svojo poslovno idejo. Midva sva takrat že vedela, da bomo za raziskovalno nalogo imeli temo Motorični park v Ormožu, zato sva z Alenom na tem začela delati že tam. Ob snovanju projekta sva računala, od kod bova dobila denar, da zgradiva motorični park, kako bova ta denar, ki sva ga porabila za gradnjo, povrnili ter kako bova dobila denar za obstoj motoričnega parka. Razmišljala sva, kako bova pridobila nove kupce ter kako bova stare kupce obdržala. Ugotovila sva, da so stroški, ki bi jih ob gradnji motoričnega parka imela, izdelava ter načrt celotnega motoričnega parka, komunalni prispevek, materiali (les, kamenje, pesek ...), davki (elektrika, voda) itd. Ugotovila sva, da bi si te stroške povrnili z denarjem od prostovoljnih prispevkov ob otvoritvi ter ob različnih prireditvah. Organizirali pa bi lahko tudi različne taborne za športna društva ali šole, rojstnodnevne zabave, različne aktivnosti za starejše, piknike, varstvo otrok, različne dogodke itd. Denar pa bi lahko služila tudi s »knajpanjem« (zdravljenjem z vodo – rehabilitacijo) ter s tečajem ali vodičem za otroke s posebnimi potrebami.

## 3 EMPIRIČNI DEL

### 3.1 Raziskovalna vprašanja

Zadali smo si naslednja raziskovalna vprašanja:

1. Ali prebivalci Ormoža pogrešajo motorični park in si ga želijo?
2. Ali bi motorični park pripomogel h kvalitetnejšemu življenju tudi starejšim občanom Ormoža?
3. Ali so otroci na OŠ Ormož manj motorično razviti od ostalih otrok v Republiki Sloveniji?

### 3.2 Hipoteze

**H1: Več kot polovica prebivalcev Ormoža pogreša motorični park in si ga želi.**

**H2: Upokojenci bi motorični park obiskovali enkrat mesečno.**

**H3: Otroci na OŠ Ormož so povprečno manj motorično sposobni od ostalih otrok v Republiki Sloveniji.**

### 3.3 Metode dela

#### 3.3.1 Anketa

Naredili smo anketo na temo motoričnih sposobnosti in motoričnega parka, ki bi ga zgradili v Ormožu. Odgovorov je bilo veliko, anketo smo poslali staršem/skrbnikom in učencem Osnovne šole Ormož. Nekateri učenci so jo rešili kar v šoli med poukom z učitelji. Glede na zbrano število podanih odgovorov smo dobili odgovore, ki smo jih pričakovali. Bili smo sicer presenečeni glede zneska vstopnine, ki bi ga bili nekateri pripravljeni plačati. Raziskovalna naloga temelji na iskanju odgovorov na vprašanja o izboljšanju/poslabšanju motoričnih sposobnosti otrok v zadnjih desetletjih (v Sloveniji) in tudi na tem, kako bi lahko te sposobnosti še nadgradili, izboljšali fizično moč otrok. Čeprav smo vsi menili, da se je fizična moč otrok v zadnjih desetletjih bistveno zmanjšala, smo vseeno hoteli biti o tem prepričani in tako smo prišli do ideje raziskovanja s pomočjo ankete.

Med samim postopkom ankete je sprva potrebno najti glavno tematiko, na katero se bo anketa nanašala. Kljub vsem vsebinam, ki smo jih v sami raziskovalni nalogi pokrili, smo se v anketi osredotočili na potrjevanje naših hipotez. Anketa je vsebovala 10 anketnih vprašanj, ki so pokrila področja motoričnega parka v Ormožu, vstopnine parka, motorične sposobnosti nasploh ter specifična področja motoričnih sposobnosti.

### **3.3.2 Intervju**

Ena izmed metod raziskovanja, ki smo jo izbrali, je tudi intervju, s katerim smo želeli pridobiti globlje in obsežne podatke o želji starostnikov po motoričnem parku in prakticiranju vadbe v njem. Intervjuvali smo predstavnika športnega oddelka Društva upokojencev Ormož Štefana Pintariča.

### **3.3.3 Preučevanje literature**

Del naše naloge temelji na pregledu strokovne literature s področja motorike. Literaturo smo si izposodili v knjižnici Franca Ksavra Meška Ormož, nekaj pa so nam je priskrbeli mentorji. Literaturo smo najprej pregledali in si označili poglavja, ki so se nanašala na našo temo. Ta poglavja smo si podrobno prebrali in s svojimi besedami napisali teoretični del naše naloge.

S preučevanjem literature smo spoznali, kaj sploh motorika je in katere so motorične sposobnosti. Spoznali smo tudi, kako jih razvijamo.

Pomemben del naše raziskovalne naloge se nanaša na preučevanje podatkov iz športnovzgojnega kartona (ŠVK). Podatke iz ŠVK za zadnjih 14 let smo pridobili na Fakulteti za šport. Iz baterije testov, ki jih vsebuje karton, smo izbrali tiste, ki so povezani z motoriko. Povprečne rezultate ŠVK naše šole smo primerjali z državnim povprečjem.

### **3.3.4 Izris motoričnega parka**

Za izris motoričnega parka smo uporabili program Google SketchUp. Gre za računalniški program, ki omogoča napredno 3D-modeliranje in ki ga je mogoče brezplačno testno uporabljati 30 dni. S pomočjo programa smo izrisali najrazličnejše 3D-modele elementov v parku. Prav tako smo uporabljali SketchUp bazo, v kateri je možno poiskati vnaprej pripravljene elemente, kar nam je dodatno pripomoglo k učinkovitosti pri izdelovanju modela raziskovalnega parka, ki bi ga v Ormožu želeli imeti.

### **3.3.5 Izdelava interaktivnega videa**

Interaktivni video, ki bi uporabnikom pripomogel do najrazličnejših idej, kako posamezni element oziroma napravo uporabiti, smo ustvarili z brezplačno verzijo programa ActivePresenter 8. ActivePresenter omogoča izdelavo HTML5-paketov, ki se lahko uporabljajo na vseh sodobnih brskalnikih in s tem omogočajo široko paleto uporabe ter upoštevajo uporabnikove vhodne podatke.



## 4 REZULTATI IN INTERPRETACIJA

### 4.1 Rezultati in interpretacija ankete

**Tabela 1: Spol**

| Spol       |                   |          |
|------------|-------------------|----------|
| Odgovori   | Število odgovorov | Odstotek |
| 1 (Moški)  | 78                | 30 %     |
| 2 (Ženski) | 184               | 70 %     |
| Skupaj     | 262               | 100 %    |

Tabela 1 nam ponuja podatke, koliko vseh anketiranih je moškega spola in koliko ženskega. Od skupnih 262 je anketo rešilo 184 žensk, kar znaša 70 %, in 78 moških, kar znaša 30 %. Ugotavljamo, da je v anketi sodelovalo več žensk kot moških.

**Tabela 2: V katero starostno skupino spadate?**

| V katero starostno skupino spadate? |                   |          |
|-------------------------------------|-------------------|----------|
| Odgovori                            | Število odgovorov | Odstotek |
| Osnovnošolci                        | 77                | 29 %     |
| Srednješolci, študentje             | 7                 | 3 %      |
| Zaposleni, brezposelni              | 173               | 66 %     |
| Upokojenci                          | 5                 | 2 %      |
| Skupaj                              | 262               | 100 %    |

Iz Tabele 2 je razvidna starostna struktura anketiranih oseb in njihovo število. Največ anketiranih, kar 2/3 vseh, izhaja iz kategorije zaposleni/nezaposleni, manj kot 1/3 anketiranih je osnovnošolcev, najmanj anketiranih oseb je srednješolcev/študentov in upokojencev.

**Tabela 3: Ali ste kdaj obiskali motorični park?**

| Ali ste kdaj obiskali motorični park? |                   |          |
|---------------------------------------|-------------------|----------|
| Odgovori                              | Število odgovorov | Odstotek |
| 1 (Da)                                | 169               | 65 %     |
| 2 (Ne)                                | 70                | 27 %     |
| 3 (Ne vem)                            | 23                | 9 %      |
| Skupaj                                | 262               | 100 %    |

Iz Tabele 3 lahko razberemo, da je večina anketirancev že obiskala motorični park (65 %). Kljub temu pa nismo pričakovali, da toliko ljudi še ni obiskalo motoričnega parka (27 %). 9 % anketirancev pa ne ve, ali so kdaj obiskali motorični park.

**Tabela 4: Ali si želite, da bi v Ormožu postavili motorični park?**

| Ali si želite, da bi v Ormožu postavili motorični park? |                   |          |
|---|-------------------|----------|
| Odgovori  | Število odgovorov | Odstotek |
| 1 (Da)  | 221               | 84 %     |
| 2 (Ne)  | 10                | 4 %      |
| 3 (Vseeno mi je)  | 31                | 12 %     |
| Skupaj  | 262               | 100 %    |

Iz Tabele 4 lahko razberemo, da si ljudje v Ormožu želijo motorični park, saj je kar 84 % anketirancev odgovorilo na vprašanje »Ali si želite, da bi v Ormožu postavili motorični park?« z da.

**Tabela 5: Kako redno bi obiskovali motorični park v Ormožu?**

| Kako redno bi obiskovali motorični park v Ormožu? |                   |          |
|---|-------------------|----------|
| Odgovori  | Število odgovorov | Odstotek |
| 1 (Enkrat na dan)                                 | 9                 | 3 %      |
| 2 (Večkrat na teden)                              | 71                | 27 %     |
| 3 (Enkrat na teden)                               | 81                | 31 %     |
| 4 (Enkrat na mesec)                               | 60                | 23 %     |
| 5 (Enkrat na leto)                                | 27                | 10 %     |
| 6 (Ne bi ga obiskal)                              | 14                | 5 %      |
| Skupaj  | 262               | 100 %    |

Iz Tabele 5 lahko razberemo, da bi anketiranci motorični park radi obiskovali, saj se je večina odgovorov gibala med enkrat na teden (31 %), večkrat na teden (27 %) in enkrat na mesec (23 %). Če povzamemo – 84 % anketiranih bi vsaj enkrat na mesec in več obiskalo motorični park, kar zelo nazorno dokazuje potrebo po parku. Le nekaj ljudi bi motorični park obiskovalo enkrat na dan (3 %) ali pa enkrat na leto (10 %). 5 % ljudi pa je odgovorilo, da motoričnega parka ne bi obiskovali.

**Tabela 6: S kom bi obiskali motorični park?**

| S kom bi obiskali motorični park? |                   |          |
|-----------------------------------|-------------------|----------|
| Odgovori                          | Število odgovorov | Odstotek |
| S prijatelji                      | 113               | 43 %     |
| Z družino                         | 211               | 81 %     |
| Sam                               | 28                | 11 %     |
| Drugo                             | 14                | 5 %      |
| Skupaj                            | 262               | 100 %    |

Iz Tabele 6 izvemo, da bi anketiranci najpogosteje motorični park obiskovali z družino (81 %) ali pa s prijatelji (43 %). 11 % anketirancev bi motorični park obiskovalo individualno in le 5 % je navedlo še možnost, ki je mi v anketi nismo predvideli.

**Tabela 7: Koliko bi bili pripravljeni plačati za enkratni vstop v motorični park?**

| Koliko bi bili pripravljeni plačati za enkratni vstop v motorični park? |                   |          |
|---|-------------------|----------|
| Odgovori  | Število odgovorov | Odstotek |
| 1 (0 €)   | 65                | 25 %     |
| 2 (0,5 €)   | 7                 | 3 %      |
| 3 (1 do 2 €)  | 76                | 29 %     |
| 4 (2 do 5 €)  | 86                | 33 %     |
| 5 (5 do 10 €)   | 26                | 10 %     |
| 6 (10 € in več)   | 2                 | 1 %      |
| Skupaj  | 262               | 100 %    |

Nad rezultati Tabele 7 smo dokaj presenečeni, saj nismo predvidevali, da bi kar 33 % ljudi bilo za obisk motoričnega parka pripravljenih plačati 2 do 5 €. Kar 29 % anketirancev bi bilo pripravljenih plačati 1 do 2 €. 25 % anketirancev pa ne bi plačalo nič. Po odgovorih sodeč bi bilo potrebno natančno sestaviti finančni načrt za oskrbo in obnovo parka, kot je že omenjeno v poslovni ideji.

**Tabela 8: Poznate motorične sposobnosti človeka? Bi jih znali naštet?**

| Poznate motorične sposobnosti človeka? Bi jih znali naštet?    |                   |          |
|--|-------------------|----------|
| Odgovori   | Število odgovorov | Odstotek |
| Hitrost, moč, ravnotežje, gibljivost, preciznost, koordinacija | 1                 | 0%       |
| Ne   | 38+5              | 17 %     |
| Drugo  | ...               | 83 %     |
| Skupaj   | 262               | 100 %    |

Tabela 8 nam realno prikaže, koliko poznamo naše telo in njegove sposobnosti. Vseh 6 motoričnih sposobnosti človeka je naštel manj kot 1 % anketiranih. 17 % sploh ne pozna motoričnih sposobnosti človeka. Kar je hudo zaskrbljujoče, ker če ne poznamo delovanja človeškega telesa, smo potencialni kandidat za mnoga obolenja in se tega absolutno ne zavedamo. 83 % odgovorov pa predstavlja nepopolno našteje motorične sposobnosti, v katerih se v večji meri pojavljata moč in hitrost v kombinaciji z drugimi posamičnimi motoričnimi sposobnostmi človeka ali funkcionalnimi sposobnostmi človeka.

**Tabela 9: Kako bi ocenili sebe?**

| Kako bi ocenili sebe?                |                   |          |
|--------------------------------------|-------------------|----------|
| Odgovori                             | Število odgovorov | Odstotek |
| 1 (Sem motorično razvita oseba)      | 160               | 61 %     |
| 2 (Sem motorično manj razvita oseba) | 93                | 35 %     |
| 3 (Sem motorično ne razvita oseba)   | 9                 | 3 %      |
| Skupaj                               | 262               | 100 %    |

Iz Tabele 9 ugotovimo, da večina ljudi misli, da so motorično dobro razvita oseba, kar je 61 % anketirancev. 35 % anketirancev misli, da so motorično manj razvita oseba, le 3 % anketirancev mislijo, da so motorično nerazvita oseba.

**Tabela 10: Za katero motorično sposobnost mislite, da bi jo morali izboljšati za svoj vsakdan?**

| Za katero motorično sposobnost mislite, da bi jo morali izboljšati za svoj vsakdan? |                   |          |
|---|-------------------|----------|
| Odgovori  | Število odgovorov | Odstotek |
| 1 (Koordincijo)   | 27                | 10 %     |
| 2 (Moč)   | 71                | 27 %     |
| 3 (Hitrost)   | 33                | 13 %     |
| 4 (Natančnost/preciznost)   | 29                | 11 %     |
| 5 (Gibljivost)  | 88                | 34 %     |
| 6 (Ravnotežje)  | 14                | 5 %      |
| Skupaj  | 262               | 100 %    |


Iz Tabele 10 lahko razberemo, da 34 % ljudi misli, da morajo izboljšati svojo gibljivost, 27 % anketirancev je navedlo moč, 11 % anketirancev natančnost oz. preciznost, 10 % anketirancev koordinacijo in 5 % anketirancev ravnotežje.

## 4.2 Interpretacija intervjuja

Ena izmed naših metod dela je bil tudi intervju predstavnika športnega oddelka Društva upokojencev Ormož Štefana Pintariča. Intervju smo uporabili za odgovor na hipotezo, ki predvideva, da bi motorični park pripomogel tudi starejšim občanom Občine Ormož. Za intervju smo se odločili, saj smo predvidevali, da bi se s to metodo dela lahko najbolj približali odgovoru večine, saj je intervjuvanec tudi športno aktiven. Intervjuvanec je skozi vprašanja povedal, da misli, da bi motorični park v Ormožu bil dobrodošel in da bi definitivno pripomogel pri različnih težavah upokojencev, saj je gibanje na splošno zdravo. Intervjuvanec meni, da bi motorični park bil obiskan večkrat mesečno, saj bi bil atrakcija v Ormožu in bi bil tudi dostopen. Povedal je tudi, da se je gibanje skozi pandemijo vidno zmanjšalo in da so se motorične sposobnosti pri večini ljudi zmanjšale. Omenil pa je tudi, da so upokojenci opazili, da se je gibanje zmanjšalo predvsem pri mladih in da bi nam motorični park zelo pripomogel.

### 4.3 Interpretacija športnovzgojnega kartona (2006–2019, OŠ Ormož – SLOVENIJA, učenke in učenci 8. razreda)

Uporabili smo podatke ŠVK-testiranj od 2006 do 2019. Primerjali smo rezultate zadnjih 14 let, ko se je menjala osemletka v devetletko. V naši analizi so tako zajeti učenci osmega razreda devetletke, da ne bi prihajalo do prevelikega odstopanja pri primerjavi podatkov zaradi intenzivnega pubertetnega razvoja. Glede na potrebo motoričnega parka smo primerjali motorične rezultate in ne tudi telesnih značilnosti.

REPUBLIKA  SLOVENIJA

### Osebni športnovzgojni karton

|                                      |  |   |  |
|--------------------------------------|--|---|--|
| Datum rojstva<br><b>2021</b>         |  | Ime in priimek<br><b>MOTORIČNI PARK</b> |  |
| Spol<br>moški    ženski              |  |   |  |
| Ime in sedež šole<br><b>OŠ ORMOŽ</b> |  |   |  |

| Merjenja                          |        |                         | Razred / oddelek |  |  |  |  |
|-----------------------------------|--------|-------------------------|------------------|--|--|--|--|
| Zap. št.                          | Oznaka | Vrsta merjenja          |                  |  |  |  |  |
| 1                                 | ATV    | Telesna višina          |                  |  |  |  |  |
| 2                                 | ATT    | Telesna teža            |                  |  |  |  |  |
| 3                                 | AKG    | Kožna guba nadlahti     |                  |  |  |  |  |
| 4                                 | DPR    | Dotikanje plošče z roko |                  |  |  |  |  |
| 5                                 | SDM    | Skok v daljino z mesta  |                  |  |  |  |  |
| 6                                 | PON    | Premagovanje ovir nazaj |                  |  |  |  |  |
| 7                                 | DT     | Dviganje trupa          |                  |  |  |  |  |
| 8                                 | PRE    | Predklon na klopici     |                  |  |  |  |  |
| 9                                 | VZG    | Vesa v zgibi            |                  |  |  |  |  |
| 10                                | 60 m   | Tek na 60 m             |                  |  |  |  |  |
| 11                                | 600 m  | Tek na 600 m            |                  |  |  |  |  |
| Datum merjenja                    |        |                         |                  |  |  |  |  |
| Učiteljica/učitelj športne vzgoje |        |                         |                  |  |  |  |  |

Pečat    Pečat    Pečat    Pečat    Pečat

345-XVII-4025-19 DZS d.d. ZALOŽNIŠTVO TISKOVIN – Obr. 1,31

Slika 12: Osebni športnovzgojni karton

Tabela 11: DPR – Dotikanje plošče z roko

| DPR – Dotikanje plošče z roko – taping |           |         |         |         |           |         |         |
|--|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje                                 |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica                                |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006                                   | Ormož     | 35,4    | -14,3   | 2006    | Ormož     | 57,6    | +6,8    |
|  | Slovenija | 49,7    |         |         | Slovenija | 50,8    |         |
| 2007                                   | Ormož     | 48,5    | -0,6    | 2007    | Ormož     | 52,8    | +3,3    |
|  | Slovenija | 49,1    |         |         | Slovenija | 49,5    |         |
| 2008                                   | Ormož     | 40,6    | -6,9    | 2008    | Ormož     | 29,1    | -19,3   |
|  | Slovenija | 47,5    |         |         | Slovenija | 48,4    |         |
| 2009                                   | Ormož     | 46,6    | -2,0    | 2009    | Ormož     | 39,1    | -9,8    |
|  | Slovenija | 48,6    |         |         | Slovenija | 48,9    |         |
| 2010                                   | Ormož     | 57,1    | +9,0    | 2010    | Ormož     | 38,8    | -10,0   |
|  | Slovenija | 48,1    |         |         | Slovenija | 48,8    |         |
| 2011                                   | Ormož     | 62,8    | +14,5   | 2011    | Ormož     | 51,0    | +1,3    |
|  | Slovenija | 48,3    |         |         | Slovenija | 49,7    |         |
| 2012                                   | Ormož     | 45,4    | -3,2    | 2012    | Ormož     | 69,9    | +20,2   |
|  | Slovenija | 48,6    |         |         | Slovenija | 49,7    |         |
| 2013                                   | Ormož     | 40,2    | -9,6    | 2013    | Ormož     | 52,9    | +1,8    |
|  | Slovenija | 49,8    |         |         | Slovenija | 51,1    |         |
| 2014                                   | Ormož     | 57,8    | +8,0    | 2014    | Ormož     | 59,6    | +6,3    |
|  | Slovenija | 49,8    |         |         | Slovenija | 53,3    |         |
| 2015                                   | Ormož     | 43,7    | -7,1    | 2015    | Ormož     | 55,0    | +1,1    |
|  | Slovenija | 50,8    |         |         | Slovenija | 53,9    |         |
| 2016                                   | Ormož     | 59,8    | +9,6    | 2016    | Ormož     | 70,5    | +16,0   |
|  | Slovenija | 50,2    |         |         | Slovenija | 54,5    |         |
| 2017                                   | Ormož     | 53,4    | +3,3    | 2017    | Ormož     | 58,2    | +3,3    |
|  | Slovenija | 50,1    |         |         | Slovenija | 54,9    |         |
| 2018                                   | Ormož     | 43,9    | -5,5    | 2018    | Ormož     | 58,5    | +5,0    |
|  | Slovenija | 49,4    |         |         | Slovenija | 53,5    |         |
| 2019                                   | Ormož     | 49,0    | -0,2    | 2019    | Ormož     | 62,1    | +8,9    |
|  | Slovenija | 49,2    |         |         | Slovenija | 53,2    |         |

Tabela 11 nam prikazuje primerjavo fantov in deklet 8. razreda OŠ Ormož z vseslovenskimi rezultati v času od 2006 do 2019 v dotikanju plošče z roko – frekvenca izmeničnih gibov v 20 sekundah. Fantje OŠ Ormož so bili v obdobju 14 let v primerjavi s slovenskim povprečjem vseh osmošolcev slabši kar 9-krat, kar je zaskrbljujoče. Ormoška dekleta so v tej motorični sposobnosti bistveno boljše od slovenskega povprečja, 11-krat v 14 letih boljše od vseslovenskih deklet. Tabela 11 nam podaja pregled motorične sposobnosti osmošolcev v kombinaciji koordinacije s hitrostjo.

Tabela 12: SDM – Skok v daljino z mesta

| SDM – Skok v daljino z mesta |           |         |         |         |           |         |         |
|------------------------------|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje                       |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica                      |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006                         | Ormož     | 45,7    | -3,1    | 2006    | Ormož     | 45,8    | -1,8    |
|                              | Slovenija | 48,8    |         |         | Slovenija | 47,6    |         |
| 2007                         | Ormož     | 58,9    | +11,4   | 2007    | Ormož     | 43,4    | -2,8    |
|                              | Slovenija | 47,5    |         |         | Slovenija | 46,2    |         |
| 2008                         | Ormož     | 45,7    | -1,4    | 2008    | Ormož     | 38,8    | -7,3    |
|                              | Slovenija | 47,1    |         |         | Slovenija | 46,1    |         |
| 2009                         | Ormož     | 32,2    | -15,7   | 2009    | Ormož     | 29,9    | -16,7   |
|                              | Slovenija | 47,9    |         |         | Slovenija | 46,6    |         |
| 2010                         | Ormož     | 38,2    | -8,8    | 2010    | Ormož     | 17,1    | -27,9   |
|                              | Slovenija | 47,0    |         |         | Slovenija | 45,0    |         |
| 2011                         | Ormož     | 50,2    | +5,0    | 2011    | Ormož     | 40,8    | -2,7    |
|                              | Slovenija | 45,2    |         |         | Slovenija | 43,5    |         |
| 2012                         | Ormož     | 34,9    | -10,1   | 2012    | Ormož     | 50,4    | +6,0    |
|                              | Slovenija | 45,0    |         |         | Slovenija | 44,4    |         |
| 2013                         | Ormož     | 32,5    | -12,9   | 2013    | Ormož     | 36,2    | -7,3    |
|                              | Slovenija | 45,4    |         |         | Slovenija | 43,5    |         |
| 2014                         | Ormož     | 40,6    | -4,6    | 2014    | Ormož     | 45,5    | +0,8    |
|                              | Slovenija | 45,2    |         |         | Slovenija | 44,7    |         |
| 2015                         | Ormož     | 52,1    | +7,3    | 2015    | Ormož     | 38,2    | -6,0    |
|                              | Slovenija | 44,8    |         |         | Slovenija | 44,2    |         |
| 2016                         | Ormož     | 46,1    | +1,4    | 2016    | Ormož     | 46,4    | +0,6    |
|                              | Slovenija | 44,7    |         |         | Slovenija | 45,8    |         |
| 2017                         | Ormož     | 38,3    | -6,7    | 2017    | Ormož     | 37,5    | -8,9    |
|                              | Slovenija | 45,0    |         |         | Slovenija | 46,4    |         |
| 2018                         | Ormož     | 44,8    | -1,1    | 2018    | Ormož     | 49,1    | +1,8    |
|                              | Slovenija | 45,9    |         |         | Slovenija | 47,3    |         |
| 2019                         | Ormož     | 51,4    | +6,7    | 2019    | Ormož     | 52,6    | +6,9    |
|                              | Slovenija | 44,7    |         |         | Slovenija | 45,7    |         |

Tabela 12 nam prikazuje primerjavo fantov in deklet 8. razreda OŠ Ormož z vseslovenskimi rezultati v obdobju 14 let (2006–2019) v skoku v daljino z mesta. Fantje OŠ Ormož so bili v testu eksplozivne moči nog kar 9-krat pod povprečjem, kar je tudi malce zaskrbljujoče. Tudi pri dekletih opazimo, da je povprečje OŠ Ormož kar 9-krat nižje od državnega. V motorični park bomo zato umestili več postaj za izboljšanje eksplozivne moči nog.



Tabela 13: PON – Premagovanje ovir nazaj

| PON – Poligon nazaj |           |         |         |         |           |         |         |
|---------------------|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje              |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica             |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006                | Ormož     | 51,4    | +2,2    | 2006    | Ormož     | 54,1    | +3,0    |
|                     | Slovenija | 49,2    |         |         | Slovenija | 51,1    |         |
| 2007                | Ormož     | 69,0    | +21,4   | 2007    | Ormož     | 59,6    | +11,4   |
|                     | Slovenija | 47,6    |         |         | Slovenija | 48,2    |         |
| 2008                | Ormož     | 55,4    | +8,0    | 2008    | Ormož     | 52,8    | +5,2    |
|                     | Slovenija | 47,4    |         |         | Slovenija | 47,6    |         |
| 2009                | Ormož     | 44,1    | -2,7    | 2009    | Ormož     | 45,2    | -1,7    |
|                     | Slovenija | 46,8    |         |         | Slovenija | 46,9    |         |
| 2010                | Ormož     | 56,2    | +9,4    | 2010    | Ormož     | 36,8    | -10,5   |
|                     | Slovenija | 46,8    |         |         | Slovenija | 47,3    |         |
| 2011                | Ormož     | 66,2    | +20,0   | 2011    | Ormož     | 62,2    | +15,9   |
|                     | Slovenija | 46,2    |         |         | Slovenija | 46,3    |         |
| 2012                | Ormož     | 61,6    | +15,9   | 2012    | Ormož     | 44,6    | -2,6    |
|                     | Slovenija | 45,7    |         |         | Slovenija | 47,2    |         |
| 2013                | Ormož     | 34,3    | -12,3   | 2013    | Ormož     | 60,2    | +12,4   |
|                     | Slovenija | 46,6    |         |         | Slovenija | 47,8    |         |
| 2014                | Ormož     | 47,7    | +0,9    | 2014    | Ormož     | 65,0    | +15,6   |
|                     | Slovenija | 46,8    |         |         | Slovenija | 49,4    |         |
| 2015                | Ormož     | 57,2    | +9,1    | 2015    | Ormož     | 68,0    | +16,9   |
|                     | Slovenija | 48,1    |         |         | Slovenija | 51,1    |         |
| 2016                | Ormož     | 57,3    | +9,8    | 2016    | Ormož     | 62,6    | +10,9   |
|                     | Slovenija | 47,5    |         |         | Slovenija | 51,7    |         |
| 2017                | Ormož     | 42,3    | -6,0    | 2017    | Ormož     | 59,2    | +6,4    |
|                     | Slovenija | 48,3    |         |         | Slovenija | 52,8    |         |
| 2018                | Ormož     | 53,0    | +4,7    | 2018    | Ormož     | 65,5    | +11,6   |
|                     | Slovenija | 48,3    |         |         | Slovenija | 53,9    |         |
| 2019                | Ormož     | 64,7    | +17,9   | 2019    | Ormož     | 72,5    | +18,4   |
|                     | Slovenija | 46,8    |         |         | Slovenija | 54,1    |         |

Tabela 13 nam prikazuje primerjavo med dekleti in fanti 8. razreda OŠ Ormož ter primerjavo z vseslovenskimi rezultati v obdobju 14 let (2006–2019) v poligonu nazaj. Fantje OŠ Ormož so bili v tej kategoriji testiranja le 3-krat pod vseslovenskim povprečjem, kar je precej zadovoljivo, medtem ko so dekleta bila samo 2-krat pod povprečjem. Rezultati nam povedo, da imajo koordinacijo nog in rok učenci OŠ Ormož zelo dobro razvito.

Tabela 14: DT – Dviganje trupa

| DT – Dviganje trupa |           |         |         |         |           |         |         |
|---------------------|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje              |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica             |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006                | Ormož     | 61,6    | +7,4    | 2006    | Ormož     | 41,6    | -14,8   |
|                     | Slovenija | 54,2    |         |         | Slovenija | 56,4    |         |
| 2007                | Ormož     | 50,8    | -3,0    | 2007    | Ormož     | 41,7    | -12,8   |
|                     | Slovenija | 53,8    |         |         | Slovenija | 54,5    |         |
| 2008                | Ormož     | 53,0    | -0,8    | 2008    | Ormož     | 41,0    | -14,6   |
|                     | Slovenija | 53,8    |         |         | Slovenija | 55,6    |         |
| 2009                | Ormož     | 41,5    | -13,6   | 2009    | Ormož     | 39,7    | -15,9   |
|                     | Slovenija | 55,1    |         |         | Slovenija | 55,6    |         |
| 2010                | Ormož     | 56,9    | +1,9    | 2010    | Ormož     | 48,6    | -5,9    |
|                     | Slovenija | 55,0    |         |         | Slovenija | 54,5    |         |
| 2011                | Ormož     | 70,4    | +15,1   | 2011    | Ormož     | 56,1    | +1,3    |
|                     | Slovenija | 55,3    |         |         | Slovenija | 54,8    |         |
| 2012                | Ormož     | 58,2    | +1,3    | 2012    | Ormož     | 43,7    | -12,2   |
|                     | Slovenija | 56,9    |         |         | Slovenija | 55,9    |         |
| 2013                | Ormož     | 48,5    | -8,5    | 2013    | Ormož     | 55,9    | +0,4    |
|                     | Slovenija | 57,0    |         |         | Slovenija | 55,5    |         |
| 2014                | Ormož     | 53,6    | -3,9    | 2014    | Ormož     | 50,6    | -6,8    |
|                     | Slovenija | 57,5    |         |         | Slovenija | 57,4    |         |
| 2015                | Ormož     | 43,2    | -14,1   | 2015    | Ormož     | 45,1    | -12,0   |
|                     | Slovenija | 57,3    |         |         | Slovenija | 57,1    |         |
| 2016                | Ormož     | 45,8    | -10,7   | 2016    | Ormož     | 44,6    | -11,8   |
|                     | Slovenija | 56,5    |         |         | Slovenija | 56,4    |         |
| 2017                | Ormož     | 51,8    | -5,4    | 2017    | Ormož     | 50,2    | -6,1    |
|                     | Slovenija | 57,2    |         |         | Slovenija | 56,3    |         |
| 2018                | Ormož     | 40,3    | -16,6   | 2018    | Ormož     | 45,1    | -11,1   |
|                     | Slovenija | 56,9    |         |         | Slovenija | 56,2    |         |
| 2019                | Ormož     | 53,8    | -1,5    | 2019    | Ormož     | 45,4    | -9,6    |
|                     | Slovenija | 55,3    |         |         | Slovenija | 55,0    |         |

Tabela 14 prikazuje primerjavo med dekleti in fanti 8. razreda iz OŠ Ormož z vseslovenskim povprečjem v obdobju 14 let (2006–2019) v dviganju trupa. Fantje so v tej kategoriji testiranja bili kar 10-krat pod vseslovenskim povprečjem, kar je precej zaskrbljujoče. Dekleta niso bila nič boljša, temveč še večkrat pod vseslovenskim povprečjem, torej 12-krat pod povprečjem. Ker bo treba izboljšati moč mišic trupa, smo v motoričnem parku v možnostih izvajanja vaj na interaktivnem plakatu prikazali na določenih postajah več vaj za krepitev trebušnih mišic oz. upogibalk trupa.

Tabela 15: PRE – Predklon na klopci

| PRE – Predklon na klopci |           |         |         |         |           |         |         |
|--------------------------|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje                   |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica                  |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006                     | Ormož     | 43,9    | -4,1    | 2006    | Ormož     | 27,0    | -20,3   |
|                          | Slovenija | 48,0    |         |         | Slovenija | 47,3    |         |
| 2007                     | Ormož     | 36,8    | -10,1   | 2007    | Ormož     | 41,8    | -4,0    |
|                          | Slovenija | 46,9    |         |         | Slovenija | 45,8    |         |
| 2008                     | Ormož     | 44,9    | -0,2    | 2008    | Ormož     | 30,3    | -15,0   |
|                          | Slovenija | 45,1    |         |         | Slovenija | 45,3    |         |
| 2009                     | Ormož     | 43,2    | -1,6    | 2009    | Ormož     | 26,9    | -17,6   |
|                          | Slovenija | 44,8    |         |         | Slovenija | 44,5    |         |
| 2010                     | Ormož     | 49,2    | +4,2    | 2010    | Ormož     | 23,4    | -22,4   |
|                          | Slovenija | 45,0    |         |         | Slovenija | 45,8    |         |
| 2011                     | Ormož     | 59,4    | +15,8   | 2011    | Ormož     | 54,9    | +9,4    |
|                          | Slovenija | 43,6    |         |         | Slovenija | 45,5    |         |
| 2012                     | Ormož     | 43,4    | -0,2    | 2012    | Ormož     | 46,8    | +0,5    |
|                          | Slovenija | 43,6    |         |         | Slovenija | 46,3    |         |
| 2013                     | Ormož     | 32,4    | -11,9   | 2013    | Ormož     | 47,1    | -0,1    |
|                          | Slovenija | 44,3    |         |         | Slovenija | 47,2    |         |
| 2014                     | Ormož     | 43,1    | -1,6    | 2014    | Ormož     | 41,3    | -7,6    |
|                          | Slovenija | 44,7    |         |         | Slovenija | 48,9    |         |
| 2015                     | Ormož     | 45,5    | +0,2    | 2015    | Ormož     | 41,7    | -8,3    |
|                          | Slovenija | 45,3    |         |         | Slovenija | 50,0    |         |
| 2016                     | Ormož     | 53,4    | +9,2    | 2016    | Ormož     | 46,4    | -4,6    |
|                          | Slovenija | 44,2    |         |         | Slovenija | 51,0    |         |
| 2017                     | Ormož     | 50,0    | +5,3    | 2017    | Ormož     | 43,7    | -8,0    |
|                          | Slovenija | 44,7    |         |         | Slovenija | 51,7    |         |
| 2018                     | Ormož     | 56,1    | +11,1   | 2018    | Ormož     | 58,5    | +5,0    |
|                          | Slovenija | 45,0    |         |         | Slovenija | 53,5    |         |
| 2019                     | Ormož     | 41,0    | -2,8    | 2019    | Ormož     | 45,8    | -7,1    |
|                          | Slovenija | 43,8    |         |         | Slovenija | 52,9    |         |

Primerjava fantov in deklet 8. razreda OŠ Ormož od leta 2006 do leta 2019 z vseslovenskim povprečjem se nahaja zgoraj v kategoriji predklona na klopci. Fantje so v tej kategoriji bili kar 8-krat pod vseslovenskim povprečjem. Načrtovati bo potrebno tudi kak dodaten trening za izboljšanje gibljivosti. Pri dekletih je povprečje kar 11-krat nižje od vseslovenskega povprečja, spet zelo zaskrbljujoče. Absolutno tako po spolu kot starostno bo treba gibljivost kolčnega sklepa izboljšati za vsak dan, saj si obuvamo nogavice, čevlje, se sklanjamo ...

Tabela 16: VZG – Vesa v zgibi

| VZG – Vesa v zgibi |           |         |         |         |           |         |         |
|--------------------|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje             |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica            |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006               | Ormož     | 47,1    | -0,4    | 2006    | Ormož     | 50,3    | +0,2    |
|                    | Slovenija | 47,5    |         |         | Slovenija | 50,1    |         |
| 2007               | Ormož     | 60,8    | +14,6   | 2007    | Ormož     | 44,3    | -3,7    |
|                    | Slovenija | 46,2    |         |         | Slovenija | 48,0    |         |
| 2008               | Ormož     | 46,2    | +0,9    | 2008    | Ormož     | 52,3    | +3,9    |
|                    | Slovenija | 45,3    |         |         | Slovenija | 48,4    |         |
| 2009               | Ormož     | 31,0    | -15,1   | 2009    | Ormož     | 53,6    | +6,0    |
|                    | Slovenija | 46,1    |         |         | Slovenija | 47,6    |         |
| 2010               | Ormož     | 56,2    | +10,4   | 2010    | Ormož     | 42,7    | -5,3    |
|                    | Slovenija | 45,8    |         |         | Slovenija | 48,0    |         |
| 2011               | Ormož     | 63,4    | +17,7   | 2011    | Ormož     | 44,0    | -2,8    |
|                    | Slovenija | 45,7    |         |         | Slovenija | 46,8    |         |
| 2012               | Ormož     | 54,2    | +8,3    | 2012    | Ormož     | 57,2    | +8,6    |
|                    | Slovenija | 45,9    |         |         | Slovenija | 48,6    |         |
| 2013               | Ormož     | 34,5    | -11,9   | 2013    | Ormož     | 61,6    | +12,7   |
|                    | Slovenija | 46,4    |         |         | Slovenija | 48,9    |         |
| 2014               | Ormož     | 50,7    | +2,5    | 2014    | Ormož     | 55,0    | +4,8    |
|                    | Slovenija | 48,2    |         |         | Slovenija | 50,2    |         |
| 2015               | Ormož     | 56,8    | +8,5    | 2015    | Ormož     | 44,2    | -6,4    |
|                    | Slovenija | 48,3    |         |         | Slovenija | 50,6    |         |
| 2016               | Ormož     | 50,5    | +2,7    | 2016    | Ormož     | 59,2    | +7,8    |
|                    | Slovenija | 47,8    |         |         | Slovenija | 51,4    |         |
| 2017               | Ormož     | 51,8    | +3,5    | 2017    | Ormož     | 56,5    | +5,9    |
|                    | Slovenija | 48,3    |         |         | Slovenija | 50,6    |         |
| 2018               | Ormož     | 49,1    | +1,3    | 2018    | Ormož     | 53,4    | +2,3    |
|                    | Slovenija | 47,8    |         |         | Slovenija | 51,1    |         |
| 2019               | Ormož     | 55,1    | +9,0    | 2019    | Ormož     | 55,0    | +4,5    |
|                    | Slovenija | 46,1    |         |         | Slovenija | 50,5    |         |

Zgornja tabela ponazarja primerjavo deklet in fantov 8. razreda OŠ Ormož v obdobju 14 let (od 2006 do 2019) z vseslovenskim povprečjem v vesi v zgibu. V statični moči rok so fantje precej prepričljivi, in sicer s samo 3-krat nižjim rezultatom od vseslovenskega povprečja, pri dekletih je povprečje sicer 4-krat nižje od vseslovenskega, ampak to kaže na visoko vzdržljivost v moči rok.

Tabela 17: T60 – Tek na 60 metrov

| T60 – Tek na 60 metrov |           |         |         |         |           |         |         |
|------------------------|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje                 |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica                |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006                   | Ormož     | 52,6    | +0,8    | 2006    | Ormož     | 40,2    | -10,2   |
|                        | Slovenija | 51,8    |         |         | Slovenija | 50,4    |         |
| 2007                   | Ormož     | 64,3    | +12,8   | 2007    | Ormož     | 60,3    | +10,8   |
|                        | Slovenija | 51,5    |         |         | Slovenija | 49,5    |         |
| 2008                   | Ormož     | 54,1    | +2,5    | 2008    | Ormož     | 49,5    | 0,0     |
|                        | Slovenija | 51,6    |         |         | Slovenija | 49,5    |         |
| 2009                   | Ormož     | 41,9    | -10,1   | 2009    | Ormož     | 46,4    | -4,2    |
|                        | Slovenija | 52,0    |         |         | Slovenija | 50,6    |         |
| 2010                   | Ormož     | 49,6    | -2,3    | 2010    | Ormož     | 36,8    | -13,8   |
|                        | Slovenija | 51,9    |         |         | Slovenija | 50,6    |         |
| 2011                   | Ormož     | 59,2    | +8,0    | 2011    | Ormož     | 59,7    | +9,6    |
|                        | Slovenija | 51,2    |         |         | Slovenija | 50,1    |         |
| 2012                   | Ormož     | 62,1    | +10,3   | 2012    | Ormož     | 57,7    | +7,2    |
|                        | Slovenija | 51,8    |         |         | Slovenija | 50,5    |         |
| 2013                   | Ormož     | 47,1    | -5,6    | 2013    | Ormož     | 58,3    | +7,1    |
|                        | Slovenija | 52,7    |         |         | Slovenija | 51,2    |         |
| 2014                   | Ormož     | 60,2    | +7,3    | 2014    | Ormož     | 55,5    | +2,5    |
|                        | Slovenija | 52,9    |         |         | Slovenija | 53,0    |         |
| 2015                   | Ormož     | 64,0    | +9,6    | 2015    | Ormož     | 50,6    | -3,0    |
|                        | Slovenija | 54,4    |         |         | Slovenija | 53,6    |         |
| 2016                   | Ormož     | 52,4    | -1,7    | 2016    | Ormož     | 58,1    | +3,1    |
|                        | Slovenija | 54,1    |         |         | Slovenija | 55,0    |         |
| 2017                   | Ormož     | 66,5    | +12,4   | 2017    | Ormož     | 50,7    | -4,6    |
|                        | Slovenija | 54,1    |         |         | Slovenija | 55,3    |         |
| 2018                   | Ormož     | 50,2    | -3,9    | 2018    | Ormož     | 57,6    | +1,3    |
|                        | Slovenija | 54,1    |         |         | Slovenija | 56,3    |         |
| 2019                   | Ormož     | 59,0    | +5,9    | 2019    | Ormož     | 54,7    | -0,6    |
|                        | Slovenija | 53,1    |         |         | Slovenija | 55,3    |         |

Tabela 17 ponazarja primerjavo deklet in fantov 8. razreda OŠ Ormož v obdobju 14 let (od 2006 do 2019) z vseslovenskim povprečjem v teku na 60 metrov. V sprintu so fantje 5-krat pod vseslovenskim povprečjem, medtem ko so dekleta 6-krat. Ugotavljamo, da so naši osmošolci kar poskočni.

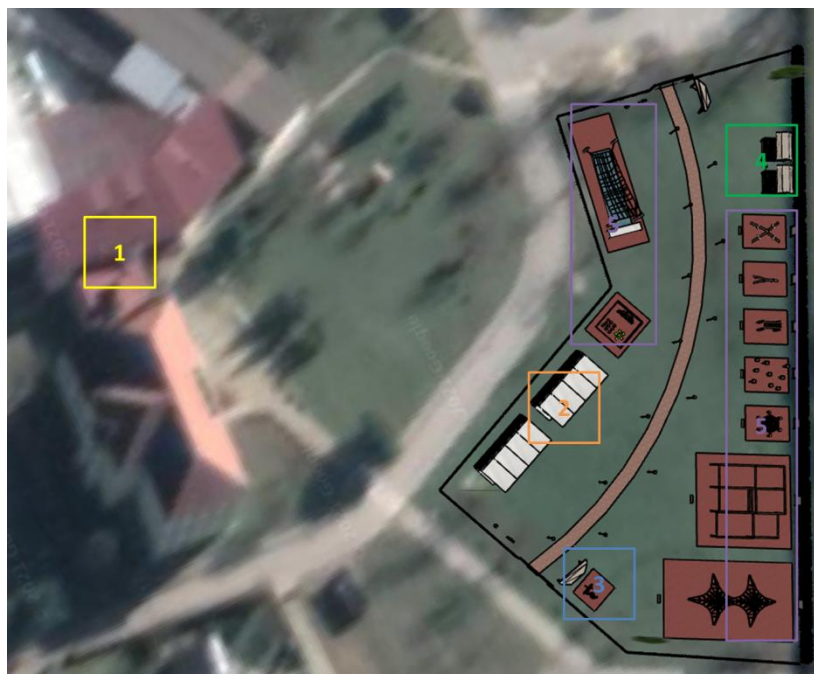
Tabela 18: T600 – Tek na 600 metrov

| T600 – Tek na 600 metrov |           |         |         |         |           |         |         |
|--------------------------|-----------|---------|---------|---------|-----------|---------|---------|
| Fantje                   |           |         |         | Dekleta |           |         |         |
| Letnica                  |           | Meritev | Razlika | Letnica |           | Meritev | Razlika |
| 2006                     | Ormož     | 34,7    | -13,5   | 2006    | Ormož     | 34,0    | -13,3   |
|                          | Slovenija | 48,2    |         |         | Slovenija | 47,3    |         |
| 2007                     | Ormož     | 65,4    | +17,4   | 2007    | Ormož     | 59,3    | +12,3   |
|                          | Slovenija | 48,0    |         |         | Slovenija | 47,0    |         |
| 2008                     | Ormož     | 45,1    | -1,1    | 2008    | Ormož     | 35,9    | -9,8    |
|                          | Slovenija | 46,2    |         |         | Slovenija | 45,7    |         |
| 2009                     | Ormož     | 30,1    | -15,9   | 2009    | Ormož     | 50,3    | +4,6    |
|                          | Slovenija | 46,0    |         |         | Slovenija | 45,7    |         |
| 2010                     | Ormož     | 44,2    | -2,3    | 2010    | Ormož     | 35,0    | -11,2   |
|                          | Slovenija | 46,5    |         |         | Slovenija | 46,2    |         |
| 2011                     | Ormož     | 59,8    | +13,2   | 2011    | Ormož     | 40,3    | -6,8    |
|                          | Slovenija | 46,6    |         |         | Slovenija | 47,1    |         |
| 2012                     | Ormož     | 46,0    | -0,6    | 2012    | Ormož     | 48,3    | +0,5    |
|                          | Slovenija | 46,6    |         |         | Slovenija | 47,8    |         |
| 2013                     | Ormož     | 54,4    | +6,4    | 2013    | Ormož     | 57,4    | +10,2   |
|                          | Slovenija | 48,0    |         |         | Slovenija | 47,2    |         |
| 2014                     | Ormož     | 54,8    | +5,7    | 2014    | Ormož     | 56,3    | +7,0    |
|                          | Slovenija | 49,1    |         |         | Slovenija | 49,3    |         |
| 2015                     | Ormož     | 53,3    | +2,7    | 2015    | Ormož     | 39,6    | -10,4   |
|                          | Slovenija | 50,6    |         |         | Slovenija | 50,0    |         |
| 2016                     | Ormož     | 46,1    | -3,8    | 2016    | Ormož     | 49,8    | -0,9    |
|                          | Slovenija | 49,9    |         |         | Slovenija | 50,7    |         |
| 2017                     | Ormož     | 57,6    | +6,3    | 2017    | Ormož     | 44,5    | -6,9    |
|                          | Slovenija | 51,3    |         |         | Slovenija | 51,4    |         |
| 2018                     | Ormož     | 38,2    | -11,1   | 2018    | Ormož     | 40,2    | -11,6   |
|                          | Slovenija | 49,3    |         |         | Slovenija | 51,8    |         |
| 2019                     | Ormož     | 50,2    | +2,6    | 2019    | Ormož     | 44,3    | -6,2    |
|                          | Slovenija | 47,6    |         |         | Slovenija | 50,5    |         |

Tabela 18 ponazarja primerjavo deklet in fantov 8. razreda OŠ Ormož v obdobju 14 let (od leta 2006 do leta 2019) v teku na 600 metrov. Fantje so v tej kategoriji bili 7-krat pod vseslovenskim povprečjem, kar je že malce zaskrbljujoče, medtem ko so dekleta bila 9-krat. V nasprotju s sprintom (kratkim hitrim tekom) je vzdržljivostni tek na 600 metrov osmošolcev OŠ Ormož bistveno slabši od vseslovenske vzdržljivosti v hitrosti.

#### 4.4 Motorični park Ormož

Motorični park Ormož smo izrisali na travniku pred Osnovno šolo Ormož, saj želimo otrokom omogočiti največ možnosti za razvoj. Izmerili smo velikost travnika, ki znaša približno 4.000 m<sup>2</sup>, in te podatke uvozili v program Sketchup. Pričeli smo z izdelavo motoričnega parka in prišli do končnega produkta, ki si ga lahko ogledate v nadaljevanju. Na sliki 13 vidite tloris travnika, na katerem se nahaja motorični park. Z rumeno številko 1 je označena Osnovna šola Ormož, ki se nahaja v neposredni bližini. Z oranžno številko 2 je označena zunanja, letna učilnica, ki bi pripomogla k učenju v naravi in bi omogočala najrazličnejše aktivnosti, opisane v nadaljevanju. Z modro številko 3 je označen prostor za kolesa, v bližini pa se nahaja tudi že urejeno parkirišče za avtomobile. Z zeleno številko 4 so označene sanitarije, ki so pomemben dodatek vsakega motoričnega parka. Z vijolično številko 5 pa so označene postaje oziroma elementi motoričnega parka.



Slika 13: Tloris motoričnega parka

Na sliki 14 nas ob vhodu v motorični park na desni strani pričaka info tabla, na kateri si je možno ogledati splošne podatke, ki bi obiskovalce od blizu in daleč utegnili pritegniti. Na levi strani imamo možnost osvežitve ob sodobnem pitniku in klopi, kjer bi se učenci in vsi preostali obiskovalci lahko spočili, družili ob družabnih igrah, animacijah otrok, vadbah z osebnim trenerjem, vadbah pod vodstvom terapevta (delovni terapevt, fizioterapevt) ...



**Slika 14: Vhod v motorični park**

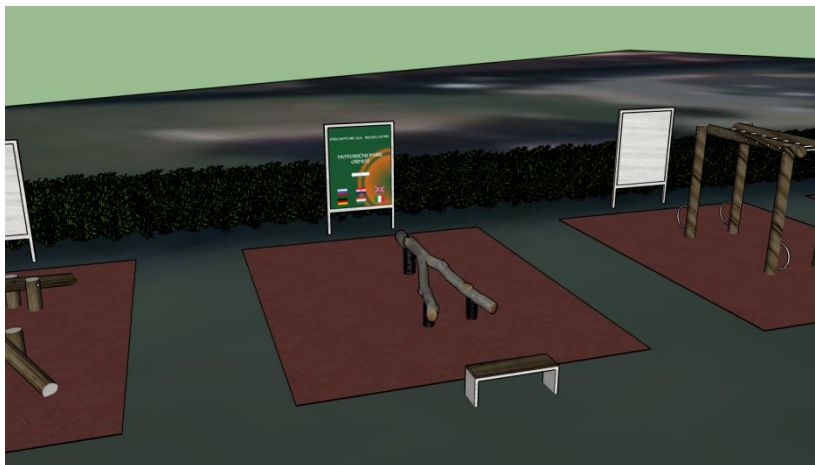
Elementi (slika 15), ki bi se nahajali v motoričnem parku, bi bili razporejeni glede na ugotovitve, ki jih predstavljamo skozi analizo športnovzgojnih kartonov, in sicer bi bili neposredno povezani z izboljšavo tistih motoričnih sposobnosti, ki so se izkazale za šibke pri otrocih in mladostnikih na ormoškem področju.



**Slika 15: Elementi v motoričnem parku**

Ko se skozi motorični park sprehodimo do elementa, ki bi ga želeli bolje spoznati ali ga uporabiti za namene razvijanja motoričnih sposobnosti, imamo možnost za vsakega izmed elementov uporabljati interaktivno tablo. Slika 16 predstavlja interaktivno tablo za vajo »Hlod na vzmeti«.





**Slika 16: Element z interaktivno tablo**

Prikaz vaj si lahko izberete v šestih različnih jezikih (slika 16), za katere smo mnenja, da bi se na področju Ormoža najbolj uporabljali. To so slovenščina, hrvaščina, angleščina, nemščina, italijanščina in madžarščina, kar zajema jezike vseh sosednjih držav in enega izmed mednarodno razširjenih ter priznanih. Po izbiri slovenskega jezika se prikaže uporabniški vmesnik s pozdravom in z navodili, prikazanimi na sliki 17.



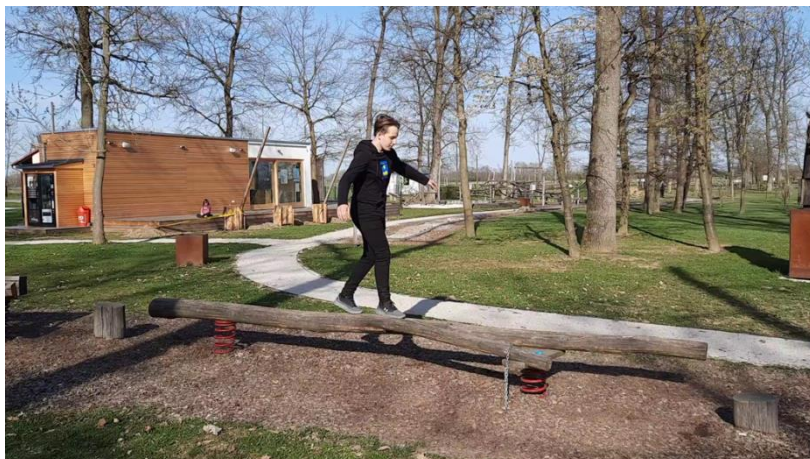
**Slika 17: Uvod v interaktivni video**

V nadaljevanju interaktivnega videa si vsak izmed uporabnikov lahko izbere vaje, primerne svojim željam in trenutnim motoričnim sposobnostim. Za vajo smo tako posneli osem videov, med katerimi lahko uporabnik poljubno brska, kot je to prikazano na sliki 18.



**Slika 18: Izbira videov**

Obiskovalec parka lahko izbira med hojo naprej, hojo nazaj, hojo bočno, žabico, lazenjem naprej, lazenjem nazaj, sonožnim preskakovanjem z oporo in sonožnim preskakovanjem brez opore. Kot bonus je dodan gumb »Delite vašo zamisel«. V nadaljevanju si lahko na sliki 19 ogledate zaslonko slike videa hoje naprej.



**Slika 19: Hoja naprej**

Kot smo omenili, je posebnost gumb »Delite vašo zamisel«, ki omogoča, da obiskovalci motoričnega parka delijo svoje ideje, zamisli, predloge preko treh različnih socialnih omrežij. S to možnostjo bi hkrati pridobili ogromno število posnetkov in idej ter poskrbeli za promocijo našega motoričnega parka.



**Slika 20: Deljenje zamisli**

Otroci, odrasli, osebe z zmanjšanimi motoričnimi sposobnostmi, osebe s posebnimi potrebami in starostniki bodo z obiskovanjem motoričnega parka izboljšali svoje gibalne sposobnosti in s tem povečali kakovost življenja.

## 5 SKLEP

Skozi raziskovalno nalogo smo se osredotočali predvsem na idejo motoričnega parka v Ormožu. Ugotavljali smo, kako bi vplival na naše občane, ali si ga naši občani želijo itd. Skozi raziskovalno nalogo pa smo ugotavljali tudi, kako so se motorične sposobnosti pri osnovnošolcih razvijale skozi leta. V raziskovalni nalogi smo izbrali 3 hipoteze, ki smo jih kasneje skozi raziskovanje zavrnilo ali pa potrdili.

Da bi lahko hipoteze potrdili ali ovrgli, smo uporabili različne metode dela. Uporabili smo intervju, anketo, preučevanje športnovzgojnih kartonov in preučevanje literature. Intervju nam je pomagal pri potrjevanju druge hipoteze, anketa nam je pomagala pri prvi hipotezi, preučevanje športnovzgojnih kartonov pa pri tretji hipotezi.

Hipotezo 1 smo torej raziskali z anketo. Hipoteza se glasi, da več kot polovica prebivalcev Ormoža pogreša motorični park in si ga želi. Želeli smo izvedeti, ali si Ormožani motorični park sploh želijo. Odločili smo se za anketo, v katero smo vključili različna vprašanja na to temo. Preverili smo, ali ljudje sploh poznajo motorične sposobnosti, ali si želijo motorični park, koliko so pripravljeni plačati zanj, katere motorične sposobnosti mislijo, da morajo razviti itd. Seveda pa smo vključili tudi splošne podatke, kot sta spol in starost, da so naši podatki bili bolj razdeljeni. Da bi našo anketo videlo in izpolnilo čim več ljudi, smo jo poslali tudi staršem oz. skrbnikom učencev Osnovne šole Ormož, nekateri učenci pa so anketo rešili kar v šoli pod nadzorom učiteljev. Ko smo dobili število rešenih anket, ki smo ga želeli, smo si iz tega ustvarili tabele in začeli s preučevanjem tabel. Ugotovili smo, da si prebivalci Ormoža in okolice želijo motoričnega parka in bi ga uporabljali dokaj redno. Ideja motoričnega parka je večini anketirancev všeč in mislijo, da bi motorični park dal Ormožu neko novo zanimivost in aktivnost tako za domačine kot tudi turiste. Tako smo lahko našo prvo hipotezo potrdili.

Za metodo dela pri H2 smo izbrali intervju. Ta hipoteza se glasi: Upokojenci bi motorični park obiskovali enkrat mesečno. Kakšen je pogled starejših na motorični park v Ormožu, smo lahko delno izvedeli že v anketi, vendar je anketirancev te starostne skupine bilo manj, zato smo se odločili, da to raziščemo podrobneje. Želeli smo izvedeti, kakšen je pogled starejših na idejo motoričnega parka v Ormožu. Odločili smo se, da intervjujamo še vedno aktivnega upokojenca iz Občne Ormož, saj smo tako dobili bolj realne podatke. Intervjuvali smo Štefana Pintariča, ki je predstavnik športnega oddelka Upokojenskega društva Ormož. V intervju smo vključili vprašanja o njegovi aktivnosti pred in po pandemiji korona virusa, saj smo želeli izvedeti tudi, ali je pandemija COVID-19 vplivala tudi na starejše. Povprašali smo ga o njegovem mnenju glede ideje motoričnega parka v Ormožu ter ali misli, da bi pomagal pri odpravi ali preprečevanju različnih zdravstvenih ali drugih težavah upokojencev itd. Njegovi odgovori so nam definitivno pomagali pri potrditvi naše hipoteze, saj je skozi intervju jasno povedal, da bi bil motorični park zelo dobrodošel iz več razlogov, kot so zdravljenje, atrakcija v Ormožu, gibanje itd. Tako smo lahko z intervjujem potrdili našo drugo hipotezo.

Našo tretjo in zadnjo hipotezo smo preverili s preučevanjem športnovzgojnih kartonov v večjem razponu let. H3 se namreč glasi, da so otroci na OŠ Ormož povprečno manj motorično sposobni od ostalih otrok Republike Slovenije. Postopek preverjanja te hipoteze je bil kar zapleten. Najprej smo razmišljali, kako bi se to dalo preveriti. Sklenili smo, da bi bilo dobro analizirati rezultate športnovzgojnega kartona, ker je slovenski šolski sistem na področju športa en boljših v Evropi in smo tudi edini, ki letno preverjamo telesne značilnosti in motorične sposobnosti osnovnošolskih otrok z merjenjem za športnovzgojni karton. Podatke iz ŠVK za zadnjih 14 let smo pridobili na Fakulteti za šport. Iz baterije testov, ki jih vsebuje karton, smo izbrali tiste, ki so povezani z motoriko. Povprečne rezultate ŠVK naše šole smo primerjali z državnim

povprečjem. Tako smo lahko primerjali, kako se je motorika osnovnošolcev Ormoža in ostalih iz cele Republike Slovenije razvijala skozi leta. Prav tako pa smo primerjali tudi razvijanje motoričnih sposobnosti skozi določeno obdobje, in sicer samo učenk in učencev OŠ Ormož. Iz vseh teh podatkov smo izdelali tabele in jih začeli preučevati. Ugotovili smo, da smo pri nekaterih meritvah konkretno nad povprečjem, pri nekaterih pa zelo pod povprečjem. Osnovnošolci Ormoža zaskrbljujoče zaostajajo za povprečjem celotne Slovenije predvsem v vrlihah skoka v daljino z mesta, pri dviganju trupa, pri predklonu na klopki ter teku na 600 m. Sklepamo, da zaostajamo v eksplozivni moči nog, moči trebušnih mišic in gibljivosti kolčnega sklepa. Zato se nam zdi smiselno, da bi v naš motorični park vključili več naprav, ki dajejo možnost povečati te motorične primanjkljaje, zaradi katerih smo slabši od povprečja cele Slovenije. Z ugotovitvijo, da so ormoški fantje od vseslovenskega povprečja v 14 letih večkrat boljši le v 3 motoričnih sposobnostih in ormoška dekleta le v 4 od 8, potrjujemo tudi našo tretjo hipotezo.

Skozi raziskovalno nalogo smo ugotovili, da motorični park v Ormožu ne bi bil slaba ideja, saj ga kar potrebujemo. Nam najbližji motorični park je v Križevcih, ki pa ga ne moremo obiskovati tako redno zaradi šolskih in službenih obveznosti. Menimo, da bi motorični park v Ormožu zelo pripomogel k izboljšanju motoričnega stanja vseh občanov, ne glede na starostno skupino. V motorični park smo vključili različne postaje, na katerih bi lahko izboljšali svoje motorične sposobnosti, saj so te v življenju zelo pomembne. Glede na to, da je med tem udarila še pandemija COVID-19, so se motorične sposobnosti še poslabšale, saj se nismo toliko gibali. Predvidevamo, da je pandemija posebej prizadela osnovnošolce, saj so večino časa presedeli za računalniki, in sicer v starostnem obdobju, ko je razvoj motorike v največjem porastu.

## 6 VIRI IN LITERATURA

- bitiFit*. (2019). Prevezeto 2021. marec 25 iz bitiFit: <https://www.bitifit.si/otroski-plezalno-motoricni-park-v-slovenski-bistrici/>.
- Brumen, S. (2007). *Primerjava telesnega in gibalnega razvoja učenk Osnovne šole Ormož z učenkami reprezentativnega vzorca Slovenije v obdobju 1970/71 – 1983 – 1993 – 2003*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Cica. (28. julij 2019). *Park doživetij v Križevcih pri Ljutomeru*. Prevezeto 19. februar 2021 iz Kam z mulcem: <https://kamzmulcem.si/park-doživetij-v-krizevcih-pri-ljutomeru-sproscujoca-rekreacija-za-male-in-velike-v-objemu-narave/>
- Gasparič, Z. (2009). *Šport: Priročnik za športno vzgojo za tretje triletje osnovne šole*. Ljubljana: Milenium založništvo, d. o. o.
- Gibalni park Gamlitz*. (2021). Prevezeto 10. marec 2021 iz Uradni turistični portal Štajerske: [https://www.steiermark.com/sl/stajerska/destinacije/gibalni-park-gamlitz\\_p162991](https://www.steiermark.com/sl/stajerska/destinacije/gibalni-park-gamlitz_p162991).
- Kovač, M., Jurak, G., Starc, G., Leskošek, B. in Strel, J. (2011). *Športno vzgojni karton, Diagnostika in ovrednotenje telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine v Sloveniji*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Miklavčič, B. (1996). *Primerjava izbranih morfoloških značilnosti in motoričnih sposobnosti med OŠ Louis Adamič I. in OŠ Louis Adamič II. v Grosupljem*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Motorični park ob Soboškem jezeru*. (2021). Prevezeto 2. marec 2021 iz Expano: <https://www.expano.si/dozivi-expano/spoznaj-expano>.
- Motorikpark Ansfelden*. (2021). Prevezeto 3. marec 2021 iz Oberösterreich Tourismus Information: <https://www.ausflugstipps.at/oesterreich-poi/detail/430024665/motorikpark-ansfelden.html>.
- Pišot, R. in Planinšec, J. (2005). *Struktura motorike v zgodnjem otroštvu. Motorične sposobnosti v zgodnjem otroštvu v interakciji z ostalimi dimenzijami psihosomatičnega statusa otrok*. Koper: Založba Annales.
- Radio Celje. (30. julij 2020). *Krepitev motoričnih spretnosti v sožitju z naravo*. Prevezeto 22. marec 2021 iz Radio Celje: <https://www.radiocelje.si/regija-danes/3855-krepitev-motoricnih-spretnosti-v-sozitu-z-naravo>.
- Strel, J. in Šturm, J. (2002). *Gibalni in telesni razvoj osnovnošolcev Slovenije v obdobju 1970/71-1983*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Strel, J., Kovač, M., Rogelj, A., Leskošek, B., Jurak, G., Starc, G., idr. (2003). *Ovrednotenje spremljave gibalnega in telesnega razvoja otrok in mladine v šolskem letu 2001-2002 in primerjava nekaterih parametrov športno vzgojnega kartona s šolskim letom 2000-2001 ter z obdobjem 1990-2000*. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.

## 7 PRILOGE

### PRILOGA A: Intervju s predstavnikom športnega oddelka Društva upokojencev Ormož

**Taja:** Pozdravljeni, sem Taja Voršič in obiskujem 9. razred OŠ Ormož. Z bratom Renejem Voršičem ter sošolcem Alenom Krabonjo delamo raziskovalno nalogo o ideji za motorični park v Ormožu, ki bi stal v bližini Osnovne šole Ormož. Zastavila vam bom nekaj vprašanj, vi pa na njih odgovorite v imenu članov športnega Društva upokojencev Ormož.

**Štefan:** Okej.

**Taja:** Prvo vprašanje: Ali bi motorični park v Ormožu po vašem mnenju bil dobrodošel?

**Štefan:** Seveda, to bi podpiral.

**Taja:** Ali mislite, da bi zaradi tega več časa preživali na svežem zraku?

**Štefan:** Sigurno.

**Taja:** Ali bi motorični park obiskovali – če ja, kolikokrat tedensko bi ga obiskovali?

**Štefan:** Ja, ga bi obiskoval, tudi sedaj imamo 2- do 3-krat tedensko treninge, smo zunaj, se družimo in je sedaj prav dolgčas, ko nimamo nobenih dejavnosti. Obiskoval bi ga tudi, saj blizu stanujem.

**Taja:** Kolikokrat tedensko pa mislite, da bi ga obiskovali?

**Štefan:** Za ostale sicer zdaj ne morem govoriti, ampak sam bi ga vsaj 2- do 3-krat tedensko obiskal.

**Taja:** Ali mislite, da bi motorični park pomagal pri kakšnih zdravstvenih ali pa drugih težavah?

**Štefan:** Ja, ker gibanje je zdravo.

**Taja:** Kolikokrat tedensko ste se gibal v času pred korona virusom in kolikokrat sedaj, ali se je to kaj zmanjšalo ali povečalo?

**Štefan:** Ja, recimo na tiste ustaljene aktivnosti, ki smo jih imeli v športnem oddelku Društva upokojencev, smo imeli 3-krat tedensko treninge okoli 2 uri, zdaj pa imamo še samo sprehode po naravi. Sicer zdaj, če na dan prehodim tam nekje 3 kilometre, se rekreacija niti ne zmanjša, ostane nekje ista. Za ostale pa sicer ne vem, ker nimamo stikov zdaj.

**Taja:** Ali je epidemija korona virusa vplivala na vaše zdravje in počutje?

**Štefan:** Na zdravje ne, na počutje pa zelo veliko, ker normalno, če se ne družimo, se ne vidimo in smo tam v svojem balončku zaprti, se normalno noben dobro ne počuti.

**Taja:** Super, to so vsa vprašanja. Vaši odgovori bodo zagotovo uporabni in jih bomo vključili v našo raziskovalno nalogo.



**Štefan:** Ni zakaj. Samo če lahko še to pripomnim, ker mi v društvu upokojencev ta naš športni del že zdaj, ker nas je to leto 2020 malo zaustavilo pri vsem, lobiramo pri županu za prostore za rekreacijo za upokojence. Za kegljanje, balinanje, pikado, ker zdaj imamo neke prostore, ampak so neprimerni in ne vem, koliko časa še bomo jih lahko uporabljali, ker niso naši. Skratka smo tudi mi starejši za, če pa ste vi mladi, pa tudi toliko boljše.

**Taja:** Da, tudi mi smo opazili, da je gibanje v Ormožu zaradi korona virusa kar velik problem – tako pri mlajših kot tudi pri ostalih.

**Štefan:** Ja, gibanje je odvisno od vsakega posameznika, ker zdaj nič ni organizirano.

**Taja:** Ja, tudi mi smo opazili – še posebej pri nas najstnikih, ker smo dosti na telefonih in pred računalniki, tudi zaradi šole na daljavo. In smo ugotovili, da bi motorični park najverjetneje pomagal, ker bi bil tudi zabaven in bi ga radi obiskovali.

**Štefan:** Ja, v času korone zdaj iz tega najverjetneje ne bo nič zaradi omejitev in prepovedi druženja. Ko pa se bo stvar normalizirala, pa bo to zelo dobrodošlo in sem zelo vesel, da imate tudi mladi take akcije in dobre namene.

**Taja:** Se strinjam.

**Štefan:** Veliko sreče pri vaši nalogi.

**Taja:** Ja, hvala, da ste si vzeli čas in odgovorili na naša vprašanja.

**Štefan:** Ni za kaj, jaz vam samo pomagam, saj moramo starejši in mladi sodelovati, če ne iz tega ne bo nič. Zdaj jaz obsojam tiste, ki se sami zase držijo.

**Taja:** Se strinjam z vami. Hvala za vaše odgovore, zagotovo nam bodo prišli prav.

**Štefan:** Ni zakaj. Adijo.

**Taja:** Adijo.

## PRILOGA B: Anketni vprašalnik



### Motorični park Ormož

Spoštovani!

Smo osnovnošolci Taja Voršič (9. r), Alen Krabonja (9. r) in Rene Voršič (7. r). Naša kreativna pot se je pričela s projektom Javne agencije SPIRIT Slovenija, kjer smo želeli v domačem kraju Ormož ponuditi turistično rešitev, ki bi pritegnila mlade in manj mlade od blizu in daleč. Razmišljali smo o ponudbi, ki bi izboljšala psihofizično počutje ljudi in pripomogla k razvoju posameznikov. Med razmislekom o ponudbi v lokalnem kraju, se je zgodila pandemija COVID-19. Kar hitro smo ugotovili, da smo tako otroci, kot odrasli vedno manj gibčni in da imamo z vsakim dnem manj kondicije. Naše želje in spoznanja smo združili v paket in tako je nastala ideja o Motoričnem parku v Ormožu.

Delovno verzijo motoričnega parka si že lahko ogledate na tej povezavi: <https://tinyurl.com/MotoricniParkOrmoz>

Za reševanje ankete boste porabili 2 minuti.

Naslednja stran

\*1) Spol:

- Moški
- Ženski

\*2) V katero starostno skupino spadate?

- Osnovnošolci
- Srednješolci, študentje
- Zaposleni, brezposelni
- Upokojenci

\*3) Ali ste kdaj obiskali motorični park?

- Da
- Ne
- Ne vem

## Raziskovalna naloga: Motorični park Ormož

\*4) Ali si želite, da bi v Ormožu postavili motorični park?

- Da
  - Ne
  - Vseeno mi je
- 

\*5) Kako redno bi obiskovali motorični park v Ormožu?

- Enkrat na dan
  - Večkrat na teden
  - Enkrat na teden
  - Enkrat na mesec
  - Enkrat na leto
  - Ne bi ga obiskoval
- 

\*6) S kom bi obiskovali motorični park?

Možnih je več odgovorov

- S prijatelji
  - Z družino
  - Sam
  - Drugo:
- 

\*7) Koliko bi bili pripravljeni plačati za enkraten vstop v motorični park?

- 0 €
  - 0,5 €
  - 1 do 2 €
  - 2 do 5 €
  - 5 do 10 €
  - 10 € in več
- 

\*8) Poznate motorične sposobnosti človeka? Bi jih znali naštet?

---

\*9) Kako bi ocenili sebe?

- Sem motorično razvita oseba
  - Sem motorično manj razvita oseba
  - Sem motorično ne razvita oseba
-

\*10) Katero motorično sposobnost mislite, da bi jo morali izboljšati za vaš vsakdan?

- Koordinacijo
  - Moč
  - Hitrost
  - Natančnost/preciznost
  - Gibljivost
  - Ravnotežje
-