

III. mednarodna strokovna konferenca zaposlenih v vzgoji in izobraževanju  
**„Z lokalno pridelano hrano in gibanjem do zdravega življenjskega sloga“**  
8. – 10. junij 2020

***KROŽNE UČNE AKTIVNOSTI V SKLOPU  
NARAVOSLOVNEGA DNE - ZDRAVJE IN  
REZULTATI TESTIRANJA UČENCEV V HITRI HOJI***

mag. Maja Korban Črnjavič  
OŠ Ormož



# NAČIN ŽIVLJENJA DANAŠNJEGA OTROKA

---



# DAN DEJAVNOSTI – ZDRAVJE (1. – 9. RAZRED)

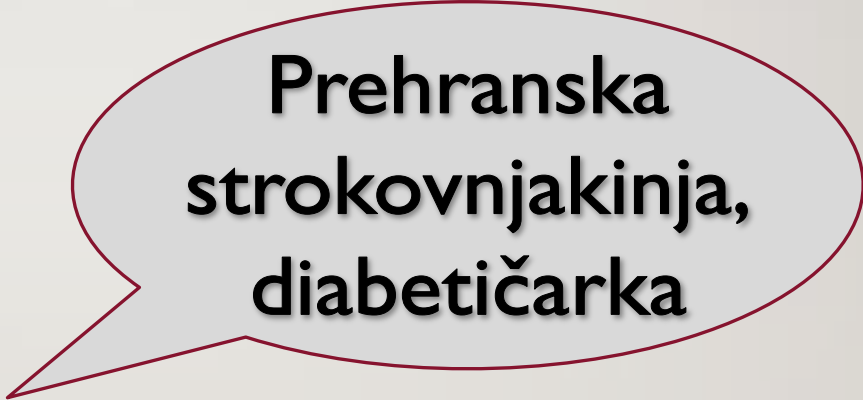
---

- Učenci so bili med seboj povezani v heterogenih skupinah (po VIO-tih).
- Krožna menjava med štirimi pomembnimi učnimi sklopi zdravega načina življenja: **prehrana, gibanje, higiena in preventiva.**
- V posameznih učnih sklopih so znanje delili tudi drugi **strokovni delavci:** fizioterapevtka, kineziologinja, doktorica medicine, prehranska strokovnjakinja, diabetičarka, trenerji in športni pedagogi.

# I. PREHRANA

---

- zdrav način prehranjevanja,
- priprava zdravega obroka,
- energijske vrednosti živil,
- odpadna hrana,
- recepti iz odpadne hrane,
- prehrana športnika...



**Prehranska  
strokovnjakinja,  
diabetičarka**

## 2. HIGIENA

---

- skrb za naše telo,
- kako pravilno umijemo roke,
- pomen higijene,
- skrb za zobe.



Medicinska  
sestra

## 3. PREVENTIVA

---

- postopki oživljanja,
- nudenje prve pomoči ponesrečencu.



**Doktorica  
medicine**

## 4. GIBANJE

---

- test merjenja moči,
- **test hitre hoje.**



fizioterapevtka,  
kineziologinja,  
športni  
pedagogi

# ŽE NAREJENE RAZISKAVE KAŽEJO:

---

- **Minimalne razlike** med dečki in deklicami.
- Na testih motoričnih sposobnosti **starejši otroci dosegajo boljše rezultate** od mlajših otrok.





# EMPIRIČNI DEL

---

## **Namen in cilj naloge:**

- Namen zastavljenega empiričnega dela je bil analizirati motorično sposobnost učencev od 5. do 7. razreda in ugotoviti trenutno stanje v **vzdržljivosti hitre hoje med spoloma in glede na starost.**

# Podrobna opredelitev razikovalnega vprašanja:

---

- Ali je opazna razlika v dolžini prehojene poti med učenci iz **5. razreda v primerjavi z učenci iz 7. razreda?**
  
- Ali obstaja razlika v **dolžini prehojene poti glede na spol?**

# Raziskovalni hipotezi

---

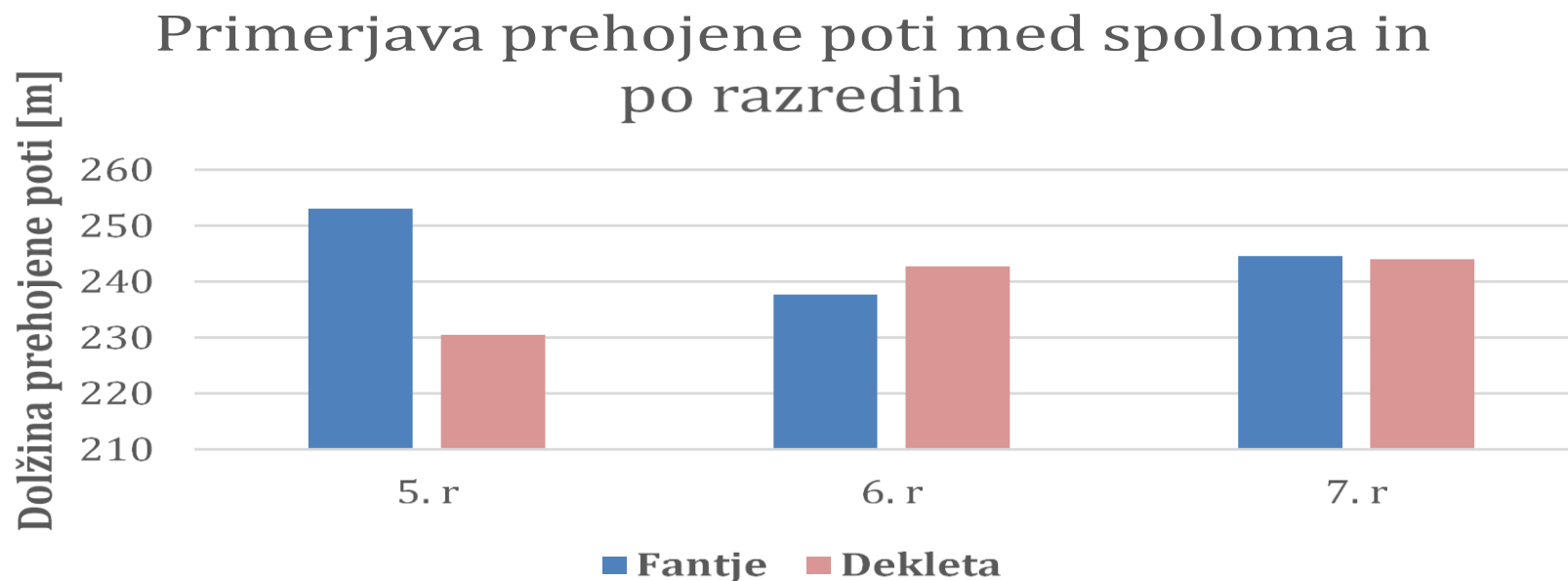
- **H1:** Učenci in učenke 7. razredov imajo pri testu hoje boljše rezultate kakor učenci 5. razredov.
- **H2:** Fantje so pri testu hoje dosegli boljše rezultate kakor dekleta v istem starostnem obdobju.

# Raziskovalni vzorec

- Raziskovalni vzorec so predstavljali učenci od 5. do 7. razreda OŠ Ormož.
- Tabela 1: Prikaz sodelujočih v raziskavi

Razred	Spol		Skupaj
	Fantje	Dekleta	
5. r	25	19	44
6. r	27	23	50
7. r	24	24	48
Skupaj	76	66	142

# Rezultati in interpretacija



Graf 1: Primerjava prehojene poti med spoloma in po razredih

# SKLEP

---

- S starostjo učencev se njihova telesna pripravljenost na hitrost hoje in vzdržljivost v določenem časovnem obdobju ne viša.
- Spol učencev v določenem starostnem obdobju ne vpliva na boljšo pripravljenost učencev na hitro hojo.



- 
- Pridobljene podatke smo primerjali z normativnimi vrednostmi testa hoje **Nacionalnega instituta za javno zdravje** in ugotovili, da se dekleta iz 5. razreda nahajajo na meji med povprečnim in podpovprečnim, izstopajo pa fantje iz 5. razreda, ki se nahajajo nad povprečjem.

