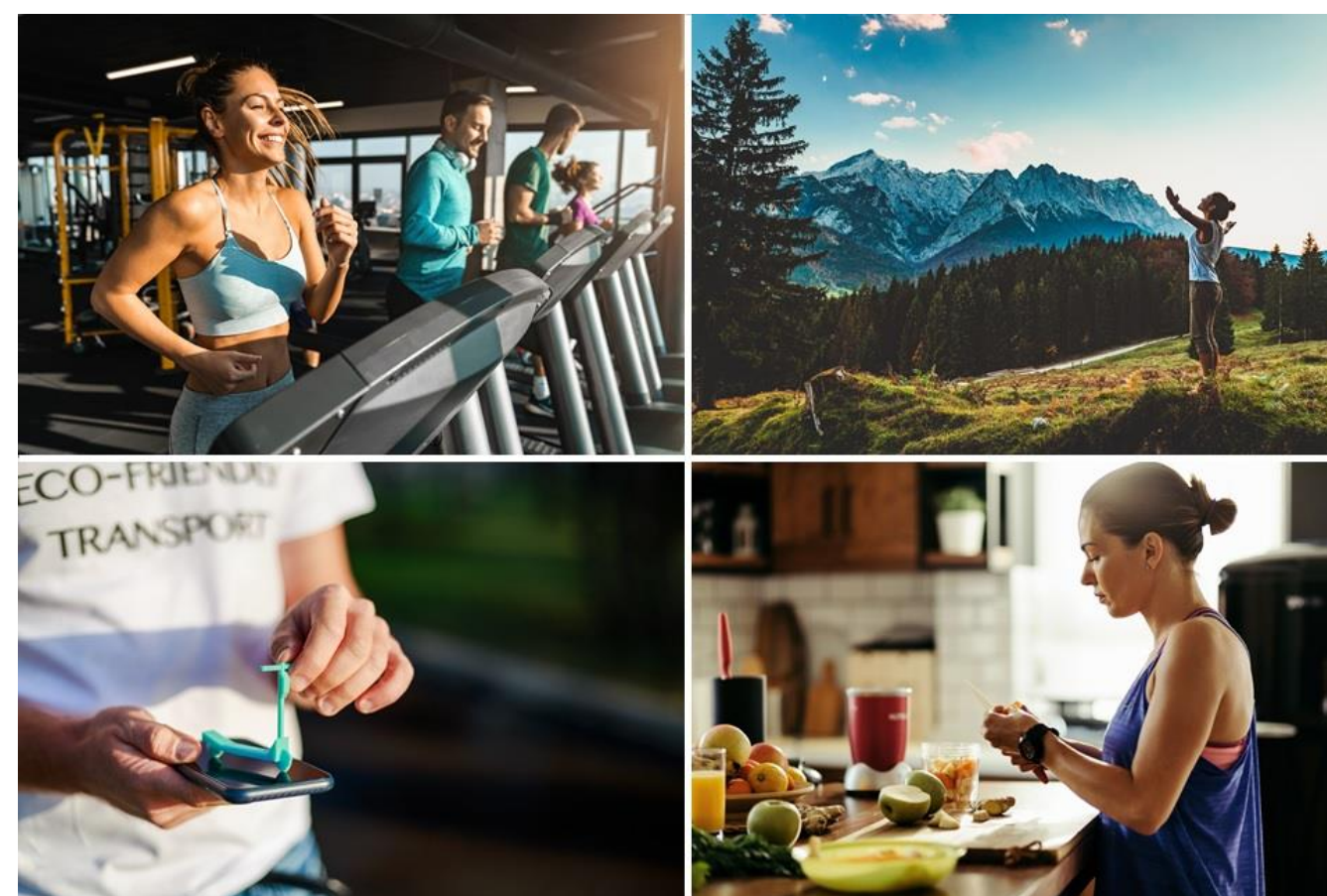
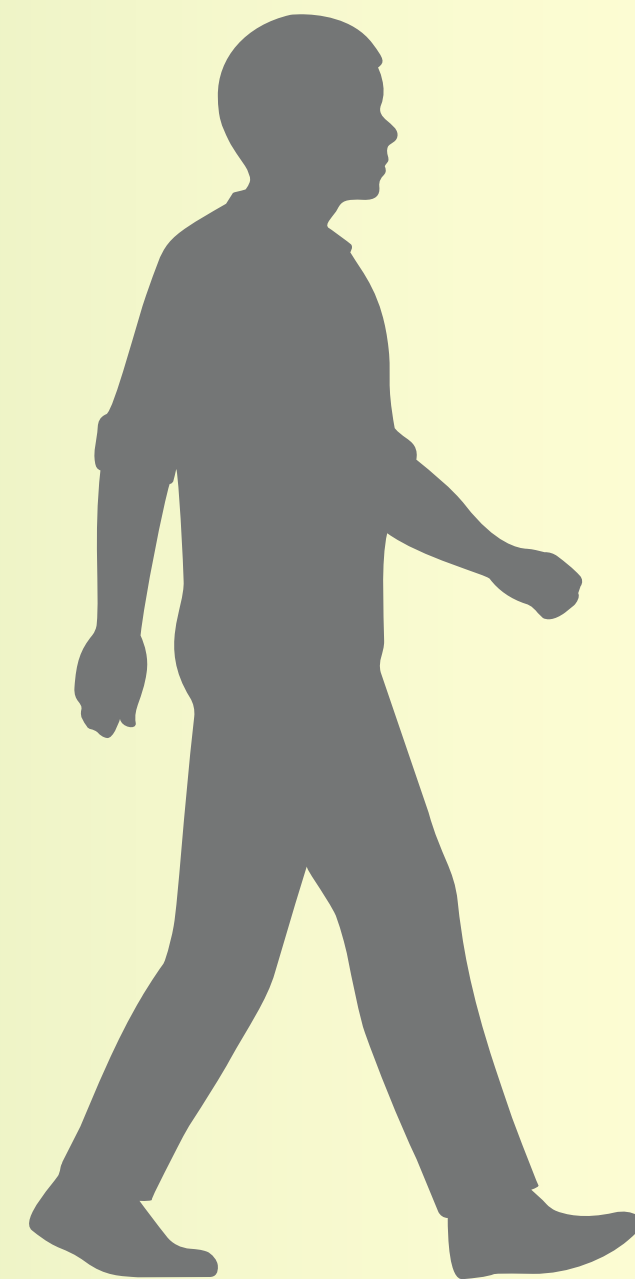




Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





Modul 1

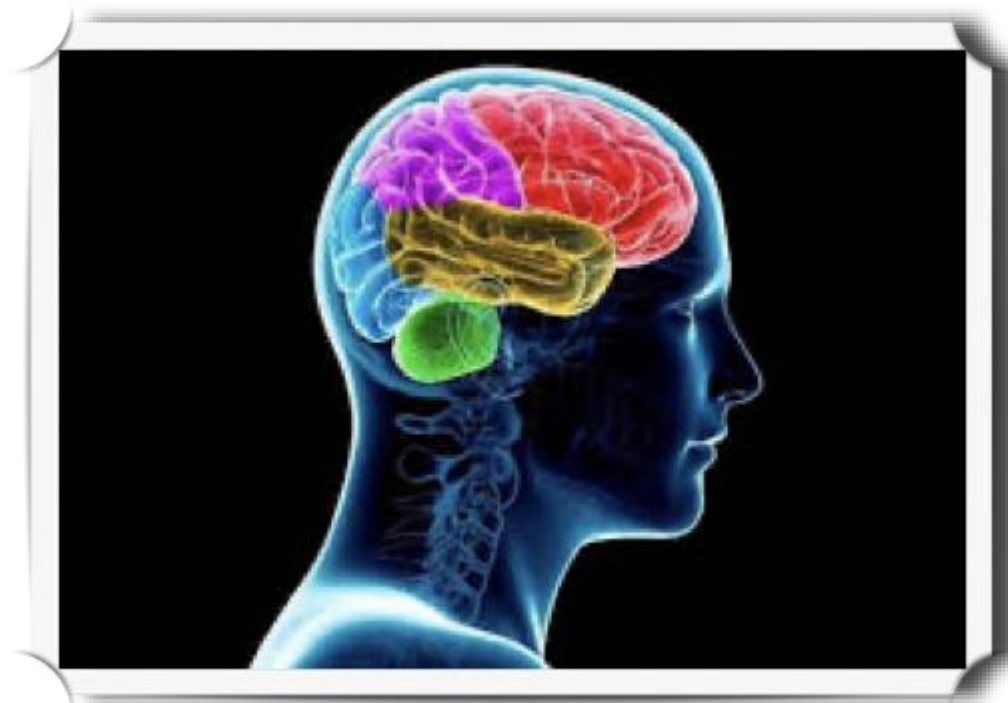
Izboljšanje izobraževalne dejavnosti športa

SEGMENT 1

**Šport kot temeljni značaj razvoja
osebnosti otrok: združevanje in afektivno območje**

Šport ima pomembno vlogo pri razvoju osebnosti mladih, saj je njegovo delovanje neposredno povezano s štirimi temeljnimi področji človeškega bitja:

- a. Kognitivno območje
- b. Afektivno območje
- c. Območje zaznavanja
- d. Motorno območje



Ta področja ustrezajo štirje človeški možganski sistemi:

a. Asociativni sistem: odgovoren za delovanje jezika, učenja in spomina.

a. Limbični sistem: povezana z instinktivnimi in čustvenimi vidiki psihičnih dejavnosti

b. Občutljiv sistem: vključuje primarna občutljiva področja (somatska, akustična, vizualna, vohalna)

a. Motorni sistem: ki sestojijo iz tistih površin skorje, ki štrlijo proti motorju
Nevroni in odgovorni za gibanje in hojo.

Zato je človeško bitje psiho-fizikalno-mentalna integrirana struktura:

katerih ravnovesje je odvisno od reguliranega in usklajenega sodelovanja vseh sistemov v različnih dejavnostih;

kadar delovanje enega od možganskih sistemov vpliva na druge:

- 1 *Medtem ko je psihološki sistem prizadet, na primer velik strah, je tudi fizični sistem (in lahko pride do zmanjšanja moči), medtem ko intelektualni sistem (nepravilno definiran, „mentalni“) ne more razmišljati.*
- 1 *Medtem ko je fizični sistem prizadet, na primer močna gripa bolezen, tako je tudi psihološki sistem (in zato razpoloženje trpi zaradi neke depresije) in na enak način, naše razmišljanje je manj učinkovito kot kdaj koli prej.*
- 1 *Medtem ko je intelektualni sistem (tj. „mentalni“ sistem) prizadet, na primer zaradi kakršnega koli problema, ki ga ni mogoče rešiti, je tudi psihološki sistem (in zato obstaja določena razpoka čustvenega ravnovesja). Hkrati pa, če je problem še posebej resen, je mogoče čutiti neke vrste fizični zlom.*

Zato bo posameznik veliko bolj uravnotežen, bolj **ko mu bo uspelo povezati** te sisteme.

☐ ● štirje sistemi lahko medsebojno delujejo znotraj *petega področja*, ki presega zgoraj omenjene, tj. ***socialno področje***: Omogoča sprožitev možganskih sistemov v njihovi *dinamični interakciji*, kar bo še bolj primerno, če jih bo predlagana dejavnost lahko v celoti vključila.

SOCIALNO PODROČJE



Kognitivno območje
Afektivno območje

Območje zaznavanja ☐ ☐
Motorno območje

Kognitivno območje

Kar zadeva *športno dejavnost*, bi se morali, preden govorimo o *znanju*, pogovoriti o *telesni inteligenci*, ki:

- Če je koncentriran navznoter, je omejen na dejavnost telesa;
- Kadar je usmerjen navzven, vključuje fizična dejanja na predmete sveta.



TELESNA INTELIGENCA JE REZULTAT MEDSEBOJNEGA DELOVANJA RAZLIČNIH VRST INTELIGENCE:

☐ *Prostorska inteligenca:*

- ☐ ki dobri telovadki omogoča kalibriranje gibov znotraj odskočne deske;
- ☐ ki se osredotoča na sposobnost posameznika, da transformira predmete v svojem okolju in najde svoje ležaje v svetu objektov v prostoru.

☐ *kinestetska inteligenca, gibljivost gibov plesalca ali košarkarja;*

☐ *Medosebna in relacijska inteligenca, ki omogoča izračun položaja soigralcev glede na njihov položaj, njihovo vlogo in pravila.*

ZNANJE je še bolj zapleteno kot *inteligenca*, to je način bivanja v svetu, ki mora priznati:

- razlike in posebnosti osebnih odnosov
- njihova edinstvenost v mešanju.

Izkazalo se je, da je znanje, čega spodbuja športna dejavnost v laboratoriju in pristni nalogi, naslednje:

— **posebna konstrukcija, ki se pojavlja v družbenih in komunikativnih vezeh**

— **zmnožek vrednotenja in ocenjevanja v zvezi z:**

- Sam Ssabo.
- splošno stanje
- osebne veščine (talent, čustva), ki pomagajo sprejemati nezavedne odločitve

Afektivno območje

Čustvena inteligenca zajema pet glavnih področij, ki se jih spomnimo, ko se ukvarjajo s športom:

A) SPOZNAVANJE ČUSTEV

B) OBVLADOVANJE ČUSTEV

C) SAMOMOTIVACIJA

D) PRIZNAVANJE ČUSTEV DRUGIH LJUDI

E) UPRAVLJANJE ODNOSOV



Sistematičnoizvajanje čustvene intelligence pomeni razvijanje samozavedanja.

Toje *temelj čustvene intelligence*:Predstavlja sposobnost prepoznavanja in nadzora občutkov in čustev ter posledično boljše obvladovanje situacij, v katere so vpleteni drugi.

Ključne besede

Šport

Kognitivno območje

Afektivno območje

Območje zaznavanja

Motorno območje

Asociativni sistem

Limbični sistem

Senzorično središče

Motorni sistem

Socialno področje

Telesna **inteligenca**

Znanje

Samozavedanje

Zapomni si.

Otroci, ki se ukvarjajo s športom, imajo močne reflekse in visoko osredotočenje, čeprav se razlikuje glede na šport, ki ga imajo. Ta funkcija znatno poveča njihov kognitivni razvoj.

Medtem ko otroci v ekipi sodelujejo v športnih aktivnostih, se naučijo igrati, zmagati ali izgubiti in upoštevati pravila znotraj skupine. To je manj stresno, manj tesnobno. Depresija je pri teh otrocih manj pogosta.

Timski športi otroku omogočajo razvoj okolja, učenja povezanosti in timskega duha. Na primer, otrok, ki igra v odbojkerski ekipi, bo srečen kot ekipa, čeprav sam doseže točke. Povezanost omogoča mnogim ljudem, da si prizadevajo za isti cilj.

Spretni so pri hitrih odločitvah in reševanju. Zaradi tega je njihov matematični uspeh zelo velik, se učijo hitreje, organizirajo in obvladujejo neugodne razmere veliko bolje kot otroci, ki se ne ukvarjajo s športom.





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

