



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



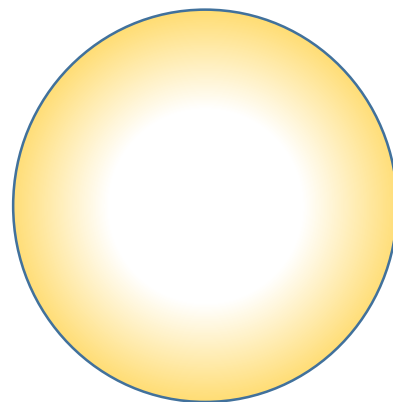
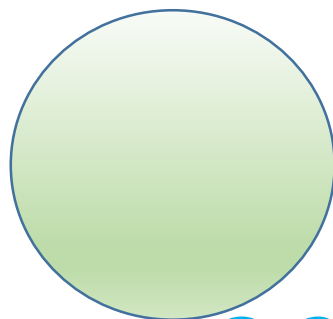
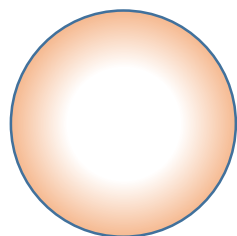
SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP
THROUGH HEALTH CARING



MODUL

3



SOCIALNI VIDIK ŠPORTA

Ta program usposabljanja je bil prvotno napisan v angleščini in nato preveden v jezike partnerskih držav. Pričujoče slovensko besedilo v veliki meri temelji na programsko podprtem prevodu. Opravičujemo se za morebitne netočnosti

SEGMENT 4

**Strategija projektnega vodenja
pri izobraževanju mladih**



® ŠPORTNI PROGRAMI, NAMENJENI STAROSTNIM SKUPINAM 13-17 LETNIKOM NA OGROŽENIH OBMOČJIH ALI S PRIKRAJŠANIMI DRUŽINSKIMI SITUACIJAMI.

® RAZVOJNI PROGRAMI

® POMEMBOST ŠPORTNEGA VODENJA

UVOD: POMEN ŠPORTNIH PROGRAMOV



Na lokalni ravni se šport pogosto uporablja, ker skupnost, šola, zdravstveni delavci in prostovoljci menijo, da je to učinkovit način sodelovanja s ciljnimi skupinami mladih.

Šport je pomembna priložnost za razvoj veščin ogroženih mladih, ki jim omogočajo, da se bolje spoprimejo z vsakodnevnimi življenjskimi izzivi in se odmaknejo od sodelovanja v nasilju, kriminalu ali uživanju drog.



Koristi športa so še posebej pomembne za najbolj ranljive, vključno z revnimi in izključenimi, dekleti in ženskami, invalidi, osebami, ki živijo na konfliktnih območjih, in tistimi, ki okrevajo po travmi.

Kdo velja za mladega v nevarnosti?

Ogrožena mlada oseba je otrok ali mladostnik, ki se sooča z izjemnimi grožnjami pri uspešnem prehodu v odraslo dobo. Značilnosti ogroženih mladih se kažejo v pomanjkanju zanimanja za izobrazbo in v osipništvu iz šolskega okolja.

- K temu, da mladi spadajo v ogroženo kategorijo, lahko prispevajo različni dejavniki:
 - revščina
 - nestabilnost in motnje v družini
 - nestabilno šolsko okolje
 - revni viri skupnosti
 - neugodne izkušnje iz otroštva



Vprašanja odraslosti za ogrožene mlade

Dlje, ko ogrožena mladina *ne prejema pomoči*, bolj je nagnjena k življenjskemu slogu, polnem izzivov. Če se ne zmenimo za opozorilne znake ogroženih mladih, lahko pride do težav v prihodnosti, vključno z:

- zasvojenostjo
- nasiljem
- samopoškodovanjem
- zlorabo substanc



- Ogrožena mladina kaže višjo stopnjo samomorilnih misli in problematičnega vedenja (zaporov). Brez pomoči je lahko ogrožena prihodnost mladih, ki kažejo ogrožujoče učinke.

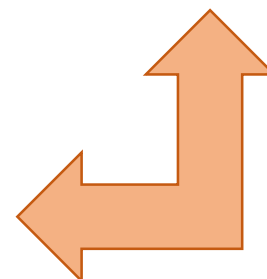
Vpliv športnih programov na ogroženo mladino

MLADI SO NAJBOLJ RANLJIVI LJUDJE NA SVETU.SO V ZELO POMEMBNEM ČASU ŽIVLJENJA IN V POMEMBNI FAZI NJIHOVEGA RAZVOJA.

V DANAŠNJI DRUŽBI IMAJO MLADI VEČ MOTENJ KOT KDAJ KOLI PREJ IN ZARADI TEHNOLOGIJE VEČ ČASA PREŽIVIJO V OSAMI.

OGROŽENI MLADI POTREBUJEJO SOCIALNE INTERAKCIJE IN VLOŽEN ČAS DRUGIH. ZAGOTOVITI JIM JE TREBA TUDI PRILOŽNOST ZA DOSEGANJE POZITIVNIH REZULTATOV.

VEČ ŠTUDIJ KAŽE POZITIVEN VPLIV ŠPORTA NA OGROŽENO MLADINO, KAR JE PRIVEDLO DO POVEČANJA TEH ŠPORTNIH PROGRAMOV.



Vpliv športnih programov na ogroženo mladino



□ ŠPORT POZITIVNO
□ ZASEDE ČAS, KI SE
POGOSTO UPORABLJA
V MANJ POZITIVNIH
AKTIVNOSTIH
OGROŽENIH MLADIH

ŠPORTNA VADBA IZBOLJŠUJE
RAZMIŠLJANJE IN UČENJE,
POZORNOST IN
OSREDOTOČENOST
ČUSTVENE REGULACIJE,
SAMOOBVLADANJA,
OBVLADOVANJA STRESA,
ANKSIOZNOSTI IN DEPRESIJE

ŠPORT ZAGOTAVLJA
MENTORSTVO,
PRIJATELJSTVO,
VODENJE IN RAZVOJ
SPRETNOSTI

DAJATVE ZA RAZVOJ IN
ZDRAVJE OTROK

Prednosti športnih programov za ogrožene mlade



- Povečujejo motorične sposobnosti.
- Spodbujajo samodisciplino.
- Učijo timskega dela.
- Spodbujajo vodstvene sposobnosti.
- Učijo nujnost sodelovanja z drugimi.
- Krepijo medsebojne odnose.
- Učijo spoštovati sovrstnike.
- Spodbujajo zastavljanje ciljev.
- Ustvarjajo zdrave navade za prihodnost
- Zmanjšujejo tveganje za depresijo
- Utrjujejo spomin
- Generirajo večopravilna znanja
- Izboljšajo vzorce spanja
- Širijo sposobnost učenja
- Povečujejo sposobnost za obvladovanje stresa
- Spodbujajo uravnoteženje razpoloženja
- Ponujajo različne dejavnosti za preprečevanje dolgočasje
- Omogočajo občutke dosežkov
- Spodbujajo razvoj spretnosti za reševanje težav
- Izboljšajo mišični ton
- Zmanjšujejo možnosti za dolgoročne zdravstvene težave

RAZVOJNI PROGRAMI



- **Športni program** pomeni program ali del programa visokošolskega zavoda ali javne ali nejavne šole, ki je organiziran za notranje ali medšolske rekreacijske namene z dejavnostmi, ki vključujejo košarko, baseball, nogomet, atletiko, ali kateri koli drug tekmovalni šport.
- **Športni razvojni programi** so pogosto namenjeni fantom, za katere velja, da jih šport lahko v veliki meri utrjuje na poti v zdravo odraslost.
- Poleg tega so lahko športni programi povezani z različnimi temami, ki bodo pomagale pri razvoju ogroženih mladih. V naslednjih diapozitivih prikazujemo nekatere od njih



RAZVOJNI PROGRAMI



SPODBUJANJE MIRU IN STABILNOSTI S ŠPORTOM



SPODBUJANJE ENAKOSTI IN VKLJUČEVANJA S
ŠPORTOM



SPODBUJANJE ENAKOSTI SPOLOV S ŠPORTOM



POMEN ŠPORTNEGA VODENJA



- **Vodenje** obravnavamo kot vedenjski proces, ki vpliva na posameznike in skupine in jih spodbuja k zastavljenim ciljem. Kot tak ima vodja dvojno funkcijo, saj zagotavljanja tako zadovoljstvo igralcev, kot tudi usmerja posameznika ali skupino do uspeha. Vodenje je umetnost, ki spodbuja in pomaga razvijati številne spretnosti. Te se nato lahko prenesejo od učitelja na učenca/študenta, ne samo v smislu, da so boljši športniki, ampak jih pravo vodenje oblikuje in gradi kot osebnosti.
- Uspešne ekipe imajo močne voditelje in pomen te vloge je očiten v vseh kategorijah športa. Uspešnost vodje je zelo jasna v interaktivnih igrah in med tekmami. Čeprav je v proaktivnih situacijah manj očiten, je vpliven tudi prispevek vodje k učinkovitosti delovanja ekipe.



POMEN ŠPORTNEGA VODENJA



- Dobre **vodstvene sposobnosti** so pomembne za trenerja športnikov vseh starosti, saj je po starših njihov trener ooba z največ vpliva. Če je trener videte kot dober in močan vodja, jih bo navdihnil pri doseganju zelenega cilja.
- Še en razlog, da so sposobnosti vodenja ključnega pomena je, da lahko trener gradi znanje ali usposabljanost pri uspešno opravljenem delu, kar služi kot popotnica novim izzivom. Obstaja veliko načinov kako izboljšati te spretnosti.



SPORT
LIFE

ELEMENTI USPEŠNEGA VODENJA



- **Vodenje** obravnavamo kot vedenjski proces, ki vpliva na posameznike in skupine in jih spodbuja k zastavljenim ciljem. Kot tak ima vodja dvojno funkcijo, saj zagotavljanja tako zadovoljstvo igralcev, kot tudi usmerja posameznika ali skupino do uspeha.
- **Ustvarjanje pozitivnega odnosa**: Lažje se je učiti od nekoga, ki mu zaupaš, zato morajo trenerji poskusiti razviti močan pozitiven odnos s svojimi učenci. Paziti morajo, da vzpostavijo zdrave in učinkovite meje. Te meje pomagajo ohraniti ta odnos na strokovni, a vendar hkrati učinkoviti, ravni.
- **Izziv športnika**: Izziv je ključ za izboljšanje razvoja športnika in omogoča, da se oseba bolj zaveda kaj lahko in ne zmore storiti. Izziv pomaga izboljšati vodstvene sposobnosti trenerja, ker kaže športnikom in staršem športnikov, da so zainteresirani za rezultate vsakega posameznega otroka, ne da bi jih obravnavali vse enako in z namneom vplivanja, kjer lahko dosežejo in postanejo najboljši športnik kot le lahko.

Ključne besede

Vodenje

Razvoj

Uresničitev

Veščine za življenje

Mladi v nevarnostilzziv

Športni program

Telesna aktivnost

Cilji



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

