

Otroštvo in mladost sta odločilna za oblikovanje podobe odrasle osebe. Del te je mogoče oblikovati le s sredstvi, ki jih uporablja šport. Njihov vpliv pa je z rastjo in dozorevanjem vse manjši. Športna dejavnost vpliva na človeka in sooblikuje njegov biološki, psihični in socialni del osebnosti. Športna dejavnost vpliva tudi na mišljenje, čustvovanje in odnose med ljudmi. Vzgojni potencial športa se odraža v učinkovitejši otrokovi kontroli vedenja ter v ustrežnejšem moralnem, etičnem in estetskem presojanju.

Vključevanje v šport je odvisno od človekovih psihičnih in človekovih socialnih razsežnosti. Od pozitivnih ali negativnih osebnih izkušenj, vtisnjenih v otroštvu in mladosti, je odvisno ali bomo človeka za šport pridobili ali izgubili.

Pri tem ne gre prezreti kompenzacijskih učinkov športne dejavnosti v navezi na negativne posledice življenja moderne industrijske družbe.

### **Športna vzgoja v družini**

Družina in njeno najbližje socialno okolje močno oblikuje otrokovo osebnost, zlasti v predšolskem in šolskem obdobju.

### **Športna vzgoja v vrtcih**

Otrok z gibanjem odkriva poti za aktivno sodelovanje v življenju okoli sebe. Vse, kar dela v prvih letih življenja, je podlaga za kasnejše gibalne dejavnosti. Možnost razvijanja sposobnosti in oblikovanja komponent osebnosti je največja v zgodnjem otroštvu, ko je ves organizem, zlasti živčni sistem najbolj dovzeten za vplive okolja. Kar otrok zamudi v predšolskem obdobju, kasneje ne more nadomestiti.

Programi, prostorske možnosti in količina na področju športne vzgoje v vrtcih bistveno zaostajajo za potrebami.

### **Športna vzgoja v šoli**

Vedeti moramo, da je raven sposobnosti, značilnosti in lastnosti otrok zelo različna. Humana družba mora to različnost spoštovati in vsakemu otroku omogočiti razvoj, izraznost na tistem področju športa in življenjskih dejavnosti, ki mu omogočajo zadovoljitev njegovih interesov in potreb.

Mednarodni športni manifest, ki ga je izdal ICSSPE v sodelovanju z UNESCO-m na podlagi strokovnih argumentov opredeljuje, da je športna vzgoja v šoli potrebno nameniti tretjino, najmanj pa šestino tedenskih ur pouka, kar predstavlja nekaj več kot uro športa na dan. Pri nas uresničujemo le 60% mednarodno opredeljenega minimalnega obsega rednega procesa športne vzgoje. Le petina mladih je v šoli deležna zelenega obsega športnih dejavnosti v obliki rednega procesa športne vzgoje, šole v naravi, športnih dni, aktivnega odmora, minute za zdravje in programa interesnih dejavnosti.

Zaradi omenjenega stanja, še bolj pa zaradi negativnih psihomotoričnih posledic na odraščajočo mladino, je nujno treba prevrednotiti položaj športa mladih in še posebej športne vzgoje v šoli ter zagotoviti ustrezne kadrovske in materialne razmere.

Unescova deklaracija o pravicah otrok (OZN 1989) izrecno zahteva, da je zlasti zaradi pomena športne vzgoje za celovit razvoj otrok, družba dolžna zagotoviti temeljne razmere za to dejavnost vsem otrokom.

Anglosaški, germanski, skandinavski šolski sistem - položaj športa in športne vzgoje.

Športna vzgoja:

- 5.,6. razred - pozitivne smeri
- 7.,8. razred – delno zadovoljivo
- 1.,2. letnik srednje šole – delno zadovoljivo
- vrtec, razredna stopnja OŠ, delno srednje šole, univerza–učinki športne vzgoje pomanjkljivi.

Temu primerno je nezavidljivo zdravje šolske mladine, zlasti prepogoste okvare gibal, zmanjšane funkcionalne sposobnosti in pogostost obolenja zaradi neustrezne odpornosti organizma. **Program juda v osnovni šoli**

### 1. Cilji in naloge

- vpliv na psihomotorične sposobnosti otrok,
- vpliv na psihološki prostor,
- vadba v parterju – moč – krepitev mišičnega sistema, pomembno za preventivo,
- preventiva poškodb (znanje padanja),
- spoznavanje športne panoge,
- vzgoja moralno – etičnih kvalitet,
- skladen telesni razvoj,
- samoobrambna sposobnost

### 2. Vzgojne metode

- med metodami prepričevanja je najprimernejša metoda prepričevanja z besedo,
- med metodami navajanja je primerna zahteva, naročilo ali naloga preko vaj,
- med metodami pedagoške stimulacije je koristna pohvala, graja, pa tudi tekmovanja.

### 3. Učna načela

- načelo ustreznosti
- načelo individualizacije
- načelo zavestnosti in aktivnosti vadečih
- načelo doživljanja
- načelo nazornosti

### 4. Metode učenja

- živa beseda
- metoda demonstracije
- metoda problemskega posredovanja

5. Delo v okviru predvidenih vsebin zastaviti tako, da bomo prišli do želenega in zastavljenega cilja bolj racionalno. Pri tem upoštevati zaporedje gibalnih (pred) vaj, zasnovanih od lažjega k težjemu, od enostavnega k sestavljenemu, od znanega k neznanemu, od počasnega k hitremu. Uporabljati je potrebno le tiste vaje, ki zagotavljajo optimalno učinkovitost učenja

6. Med učnimi pomagali izbrati tiste pripomočke ali sredstva, s katerimi si pomagamo pri posredovanju učne snovi in večji učinkovitosti vadbe. Sem spadajo blazine, varovalne naprave, AV sredstva, kimone, drugi športni rekviziti.

7. Oblike vadbenega procesa – v vadbenem procesu lahko uporabljamo frontalno, skupinsko ali individualno obliko. Pri tem lahko delo kombiniramo z dopolnilnimi nalogami.

8. Priprava na vadbeno enoto naj vsebuje:

- vsebinsko pripravo (vsebina, tip ure, metodična enota),
- metodično pripravo (postopki in ravnanje),
- količinsko pripravo (število ponovitev, delo – odmor, hitrost izvajanja idr.),
- organizacijsko pripravo (predvidevanje organizacijskih oblik v posameznih delih ure in priprava pomagal).