

1. SLOVENSKI **KONGRES**  
**ŠPORTNE REKREACIJE**  
 PORTOROŽ, 9. – 10. NOVEMBER 2000

# ZBORNİK

Povzetki poročil, strokovnih predavanj in predstavitev  
 »Prvega slovenskega kongresa športne rekreacije,  
 Portorož, 9. – 10. november 2000«





IL 603089

**1. SLOVENSKI KONGRES ŠPORTNE REKREACIJE**  
**ZBORNIK**

Povzetki poročil, strokovnih predavanj in predstavitev

Portorož, 9. – 10. november 2000

*Zbral in uredil:* Iztok Retar

Zbornik 1. Slovenskega kongresa športne rekreacije  
Portorož, 9. - 10.11.2000

*Uredil:* Iztok Retar

*Oblikovanje:* Erika Koprivec

*Založila:* Športna unija Slovenije

*Naklada:* 200 izvodov



18 -03- 2004

0200404564

CIP Kataložni zapis o publikaciji  
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

796.035(063)

SLOVENSKI kongres športne rekreacije (1; 2000; Portorož)  
Zbornik: povzetki poročil, strokovnih predavanj in predstavitev  
Prvega slovenskega kongresa športne rekreacije,  
Portorož. 9. - 10. november 2000  
zbral in uredil Iztok Retar - Koper: Športna agencija Polo, 2000

1. Retar, Iztok  
109572352



Iztok Retar

### **ZAKAJ SE UKVARJATI Z ZDRAVJU PRIJAZNO ŠPORTNO REKREACIJO**

Vse pogostejše in močnejše se v javnosti pojavlja in prepoznavna potreba po gibanju predvsem zaradi ohranjanja in krepitev zdravja. Mnogi iščejo in pričakujejo nove, današnjemu času primernejše zasnovane športne dejavnosti in zavračajo izčrpano poslanstvo tekmovalnega športa, ki tudi v športni rekreaciji še vedno stremi za cilji: »Više, hitreje, močnejše«, velikokrat »prav za vsako ceno«.

Zato je primerno, da se športni strokovnjaki zavzemamo za prenovljen športni življenjski slog, ki odklanja idejo izključne športne tekmovalnosti in imperativa zmage za vsako ceno. Prav tako je v dobro športa nasploh, da zavračamo sleherne zdravju neprijazne napore, ki bi utegnili škoditi bodisi telesnemu ali duševnemu zdravju. Smiselno je odklanjanje vsakršnega zvezdnštva, zgolj poslovnih motivov ukvarjanja s športom in zavračanje številnih idolov v športu. In ne nazadnje se je modro zavzeti tudi za premagovanje prevlade moštvenega duha, kjer je ekipa vse, posameznik pa samo in izključno njen del.

Priporočljivo je uveljavljati novi športni življenjski slog, ki ga prepoznamo po zdravju prijaznih športnih dejavnostih, tistih, ki zdravje ohranjajo in krepijo. Zato se zavzemajmo za sproščen, igriv pristop v športu, ki ga odlikuje iskanje sreče in veselja ter druženja v športu.

Podpirajmo osebno, raznoliko in vsestransko izbiro športnih dejavnosti in gibanja nasploh, naklonjeni pa bodimo tudi športnemu slogu oblačenja, glasbi, videu, internetu..., ki se prav tako smiselno lahko umeščajo v športni življenjski slog. Obenem se zavzemajmo za izvajanje športnih aktivnosti v krogu znancev, prijateljev in družine bodisi neorganizirano ali pa v okviru številnih ponudb športnih, turističnih in drugih organizacij.

Šport je namreč preveč pomembna dejavnost, da bi o njej odločali samo športniki, država, sponzorji in mediji, mar ne?



Iztok Retar, direktor kongresa

### **KONGRES ŠPORTNE REKREACIJE NA PRAGU NOVEGA TISOČLETJA**

Športna rekreacija postaja na prehodu v novo tisočletje vse pomembnejša sestavina sodobnega življenjskega sloga. Temu primerno se povečuje raznolika ponudba športnih programov, uporabniki postajajo zahtevnejši in izbirčnejši, strokovna spoznanja številčnejša in želja po izmenjavi strokovnih mnenj in izkušenj vse večja...

Zato smo zasnovali »Slovenski kongres športne rekreacije«, strokovno srečanje namenjeno vsem ljubiteljskim in poklicnim prirediteljem športno-rekreativnih dejavnosti, ki želijo izmenjati in deliti svoje strokovne ter poslovne izkušnje s kolegi. Zelo smo veseli, da nam je uspelo k sodelovanju pritegniti tako ugledne in priznane športne ter medicinske strokovnjake in seveda organizatorje športno-rekreativnih programov.

Kongres smo pripravili tako, da ponuja športnim strokovnjakom predvsem prostor za predstavitev dejavnosti, za strokovne izmenjave in seveda za srečanje z novostmi ter pobudami. Odločili smo se, da bo poslanstvo letošnjega kongresa v spodbujanju prirejanja kakovostnih in zdravju prijaznih programov športne rekreacije.

Kongres smo razdelili na dva sklopa:

V prvem sklopu bodo predstavili stanje in smeri razvoja športne rekreacije v Sloveniji najvidnejši slovenski strokovnjaki, sledila bosta okrogla miza o aktualni problematiki slovenske športno-rekreativne ponudbe in marketinški maraton na katerem bodo uveljavljeni športni strokovnjaki iz prakse pripravili kratke predstavitve svojih športno-rekreativnih projektov, programov, pobud...

V drugem sklopu bo strokovni forum z vodilno temo »Kako zasnovati kakovostne in zdravju prijazne športno-rekreativne programe«, kjer bo strokovnim predavanjem sledila razprava. Kongres bomo sklenili s tiskovno konferenco na kateri bomo novinarjem predstavili temeljna sporočila največjega letošnjega slovenskega strokovnega druženja na področju športne rekreacije.

Letos so kongres pripravili: Športna unija Slovenije, CINDI Slovenija, Sokolska zveza Slovenije in športna agencija Polo s sodelovanjem Zavoda za šport Slovenije, Fakultete za šport in priznanih športnih in medicinskih strokovnjakov. Za prihodnje leto načrtujemo vodilno temo kongresa: »Športna rekreacija v turistični ponudbi«, k sodelovanju pa bomo povabili še mednarodne strokovnjake.



## PROGRAM KONGRESA

PORTOROŽ, KONGRESNI CENTER GRAND HOTEL METROPOL,  
9. - 10. NOVEMBER 2000

### ČETRTEK, 9. NOVEMBER 2000

- 08.30 Akreditacija-recepcija hotela Metropol  
09.00 Otvoritev kongresa –dvorana Tartini
- 09.15 »Stanje in smeri razvoja športa za vse v Sloveniji« - dvorana Tartini**  
Trije ugledni poznavalci športne politike in stroke bodo predstavili stanje in vizijo slovenske športne rekreacije iz zornega kota državnega interesa, z znanstvenega stališča in s strani civilne športne sfere.  
Moderator: Rado Cvetek, Športna unija Slovenije
- 09.30 Prerez stanja športa za vse z vidika objektov, strokovnih kadrov in nacionalnega programa  
Marko Rajšter, Ministrstvo za šolstvo in šport
- 10.00 Vizija razvoja športa za vse v Sloveniji s strokovno-znanstvenega vidika  
dr. Herman Berčič, Fakulteta za šport
- 10.30 Pogled in stališča v športu organizirane slovenske civilne družbe na razvoj ter poslanstvo športa za vse  
Daniel Knavs, Sokolska zveza Slovenije
- 11.00 Odmor
- 11.15 Aktualno: » Zdravju prijazni športno-rekreativni programi« - dvorana Tartini**  
Uveljavljeni strokovnjaki se bodo dotaknili vse pomembnejšega poslanstva športne rekreacije, ki zaznamuje številne programe športne rekreacije: ohranjanje in krepitev zdravja s pomočjo gibanja.  
Moderator: dr. Herman Berčič, Fakulteta za šport
- 11.30 Promocija zdravega življenjskega sloga kot temeljnega elementa odličnosti športne organizacije in varovanje zdravja udeležencev programov športne rekreacije  
dr. Jožica Maučec Zakotnik, CINDI Slovenija
- 12.30 Trženje kakovostnih zdravju prijaznih športno-rekreativnih programov  
Iztok Retar, Športna agencija Polo Koper
- 13.00 Razprava
- 14.00 Kosilo



- 15.00 **Predstavitveni maraton športnih organizacij-**  
dvorana Tartini:
- 15.00 Informacija o rekreacijskih dejavnostih v Gorici  
prof. Aldo Rupel
- 15.15 »Slovenija v gibanju, z gibanjem do zdravja«  
Vilma Rupnik, Športna unija Slovenije
- 15.30 »Živimo zdravo za zabavo«  
Marko Savič, Zavod za šport Slovenije
- 15.45 »Informacijsko partnerstvo na področju športne rekreacije v Sloveniji«  
Marko Kolenc, Zavod za šport Slovenije
- 16.00 »S športom je življenje lepše«  
Samo Vojnovič, Sokolska zveza Slovenije
- 16.15 »Strokovna šola rolanja in drsanja«  
Luka Klasinc, Lucy Luka d.o.o. Ljubljana
- 16.30 "ŠD GABERJE-splet tradicije in sodobnosti  
Metod Trebičnik, Športno društvo Gaberje, Celje
- 16.45 »Veter v laseh, s športom proti drogi«  
Aleš Kranjc Kušlan, Športna unija Slovenije
- 17.00 **Možnosti oglaševanja športno-rekreativnih programov v elektronskih medijih**  
Namen predavanja: predstavitev možnosti in priložnosti za oglaševanje programov v elektronskih medijih  
Predavatelj: Iztok Lipovšek, Marketing TV Slovenija
- 17.30 »Športna ulica«  
Iztok Retar, Športna agencija Polo, Koper
- 17.45 Predstavitev ŠD TEN-SPORT  
Marjan Tomazin James, ŠD TEN-SPORT. Slovenska Bistrica
- 18.00 »Program G-rega«Športni programi za prešolske otroke in seniorje  
Gregor Pust, TRS d.o.o. Ljubljana
- 18.15 »Polar Educa«Izobraževalni in promocijski programi Polarja v Sloveniji  
Andrej Švent, Eko projekt –Polar, Novo Mesto
- 18.30 »Predstavitev SK Capris, Koper«  
Bojan Šturm, SK Capris, Koper
- 18.45 »Predstavitev bowlinga«  
Miha Krušnik, Solicom inženiring-a«



PETEK, 10. NOVEMBER 2000

**STROKOVNI FORUM**

Moderator: Iztok Retar

**Predavanja** - dvorana Tartini:

- 09.00     **Odličnost v športni rekreaciji s stališča celostne grafične podobe**  
Namen predavanja: Predstavitev pomembnosti kakovostne celostne grafične podobe v vlogi tržnega komuniciranja s potrošniki  
Predavatelj: Dare Ravnikar, Studio 3S, Ljubljana
- 09.30     **Športno rekreativna ponudba kot del identitete sodobnega slovenskega mesta**  
Namen predavanja: predstavitev zaključkov preseka športno-rekreativnih programov v slovenskem mestnem okolju in primerjava MO Ljubljana z MO Koper  
Predavatelj: dr. Rado Pišot, Pedagoška fakulteta Ljubljana, enota Koper, dr. Boris Sila, Fakulteta za šport Ljubljana
- 10.30     Odmor
- 11.00     **Športni življenjski slog kot preventiva in kurativa duševnega zdravja**  
Namen predavanja: predstavitev ukvarjanja s športnimi dejavnostmi v vlogi ohranjanja duševnega zdravja  
Predavatelj: mag. Robert Trunkl, klinični psiholog, Svetovalnica Antistres Koper
- 11.30     **Športna rekreacija in zdravje na Hrvaškem**  
Namen predavanja: predstavitev strategije športno-rekreativnih programov v povezavi z zdravjem v sosednji državi Hrvaški  
Predavatelj: Goran Vrbanac, prof. Zveza za športno rekreacijo Hrvaške
- 12.00     **Okrogla miza »Zdravje kot motiv za ukvarjanje s športno rekreacijo«**  
Moderator: Rado Cvetek, Športna unija Slovenije
- 13.30     Zaključek kongresa in tiskovna konferenca
- 14.00     Kosilo
- 15.00     Popotnica



KAZALO:

**»STANJE IN SMERI RAZVOJA ŠPORTA ZA VSE V SLOVENIJI«**

|                                                                                                  |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Uvod</b>                                                                                      | <b>13</b> |
| Rado Cvetek, Športna unija Slovenije                                                             |           |
| <b>Prerez stanja športa za vse z vidika objektov, strokovnih kadrov in nacionalnega programa</b> | <b>14</b> |
| Marko Rajšter, Ministrstvo za šolstvo in šport                                                   |           |
| <b>Vizija razvoja športa za vse v Sloveniji s strokovno-znanstvenega vidika</b>                  | <b>15</b> |
| dr. Herman Berčič, Fakulteta za šport                                                            |           |

**»ZDRAVJU PRIJAZNI ŠPORTNO-REKREATIVNI PROGRAMI«**

|                                                                                                                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Promocija zdravega življenjskega sloga kot temeljnega elementa odličnosti športne organizacije in varovanje zdravja udeležencev programov športne rekreacije</b> | <b>21</b> |
| dr. Jožica Maučec Zakotnik, CINDI Slovenija                                                                                                                         |           |
| <b>Trženje kakovostnih zdravju prijaznih športno-rekreativnih programov</b>                                                                                         | <b>24</b> |
| Iztok Retar, Športna agencija Polo Koper                                                                                                                            |           |

**PREDSTAVITVENI MARATON ŠPORTNIH ORGANIZACIJ**

|                                                                               |           |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>»Informacija o rekreacijskih dejavnostih v Gorici«</b>                     | <b>27</b> |
| prof. Aldo Rupel                                                              |           |
| <b>»Slovenija v gibanju, z gibanjem do zdravja«</b>                           | <b>28</b> |
| Vilma Rupnik, Športna unija Slovenije                                         |           |
| <b>»Informacijsko partnerstvo na področju športne rekreacije v Sloveniji«</b> | <b>31</b> |
| Marko Kolenc, Zavod za šport Slovenije                                        |           |
| <b>»S športom je življenje lepše«</b>                                         | <b>37</b> |
| Samo Vojnovič, Sokolska zveza Slovenij                                        |           |
| <b>»Strokovna šola rolanja in drsanja«</b>                                    | <b>39</b> |
| Luka Klasinc, Lucy Luka d.o.o. Ljubljana                                      |           |
| <b>»ŠD GABERJE-splet tradicije in sodobnosti«</b>                             | <b>41</b> |
| Metod Trebičnik, Športno društvo Gaberje, Celje                               |           |
| <b>»Veter v laseh, s športom proti drogi«</b>                                 | <b>43</b> |
| Aleš Kranjc Kušlan, Športna unija Slovenije                                   |           |



|                                                                          |           |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>»Športna ulica«</b>                                                   | <b>44</b> |
| Iztok Retar, Športna agencija Polo, Koper                                |           |
| <b>Predstavitve ŠD TEN-SPORT</b>                                         | <b>45</b> |
| Marjan Tomazin James, ŠD TEN-SPORT, Slovenska Bistrica                   |           |
| <b>»Program G-rega« Športni programi za prešolske otroke in seniorje</b> | <b>46</b> |
| Gregor Pust, TRS d.o.o. Ljubljana                                        |           |
| <b>»Predstavitve SK Capris, Koper«</b>                                   | <b>48</b> |
| Bojan Šturm, SK Capris, Koper                                            |           |

### STROKOVNI FORUM

|                                                                                                  |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Odličnost v športni rekreaciji s stališča celostne grafične podobe</b>                        | <b>51</b> |
| Dare Ravnikar, Studio 3S, Ljubljana                                                              |           |
| <b>Športno rekreativna ponudba kot del identitete sodobnega slovenskega mesta</b>                | <b>52</b> |
| dr. Rado Pišot, Pedagoška fakulteta Ljubljana, enota Koper,<br>dr. Boris Sila Fakulteta za šport |           |
| <b>Možnosti oglaševanja športno-rekreativnih programov v elektronskih medijih</b>                | <b>57</b> |
| Iztok Lipovšek, Marketing TV Slovenija                                                           |           |
| <b>Športni življenjski slog kot preventiva in kurativa duševnega zdravja</b>                     | <b>62</b> |
| mag. Robert Trunkl, klinični psiholog, Svetovalnica Antistres Koper                              |           |
| <b>Športna rekreacija in zdravje na Hrvaškem</b>                                                 | <b>64</b> |
| mag. Goran Vrbanac. Zveza za športno rekreacijo Hrvaške                                          |           |



# **PRISPEVKI UDELEŽENCEV KONGRESA**



## **»Stanje in smeri razvoja športa za vse v Sloveniji«**

### **Uvod**

Rado Cvetek, Športna unija Slovenije

### **Prerez stanja športa za vse z vidika objektov, strokovnih kadrov in nacionalnega programa**

Marko Rajšter, Ministrstvo za šolstvo in šport

### **Vizija razvoja športa za vse v Sloveniji s strokovno-znanstvenega vidika**

dr. Herman Berčič, Fakulteta za šport



### RADO CVETEK, Športna unija Slovenije »STANJE IN SMERI RAZVOJA ŠPORTA ZA VSE V SLOVENIJI«

#### CIVILNO IN JAVNO – POSEBEJ ALI SKUPAJ

*Zdi se, da šport kot orodje za družbeno integracijo - še posebej skozi projekt Šport za vse - prejema široko podporo tudi kot sredstvo za urbano preno. Odprto vprašanje pa ostaja, ali so cilji Športa za vse sploh uresničljivi, ali pa jim je morebiti usojeno, da jih bodo za vedno ovirale močnejše sile gospodarskega izločevanja (npr. nezaposlenost) in rasnega razlikovanja. Če pa sodimo po izobilju misli in domiselnih novih prijemov, ki jih lahko najdemo po vsej Evropi, pa kljub vsemu niso vsi, ki so vključeni v Šport za vse, tudi pripravljeni privoliti v scenarij "sodnega dne".*

*MIKE WILSON, seminar Managementa - Otočec 1999*

*Ugleden in uveljavljen predavatelj na mnogih angleških politehniških in politoloških univerzah, svetovalec pri številnih državnih ustanovah in pri velikih mednarodnih športnih dogodkih namenjenih športu za vse.*

Najbrž ni dvoma, da je gibalno športnega gibanja – pa tudi obstoja – delovanje prostovoljnih društev. Prav v tem okviru lahko športniki z ambicijami po rezultatih, kakor tudi tisti, ki jim šport pomeni zgolj veselje in zabavo, uresničujejo svoje namene. Kolikšno vlogo in zaupanje ima ta sektor v državi, pa se kaže v količini denarja, namenjenega za njegov razvoj. Kaže se seveda tudi v tem, koliko prostora mu ta daje pri pripravi ključnih odločitev s katerimi odmerja njegovo vlogo in položaj.

Ta večna dilema ni prisotna zgolj pri nas, temveč tudi drugod po svetu. Je pa nekaj takoj opazno. Bolj kot je država razvita, manj se vpleta v civilno sfero, bolj jo spoštuje in upošteva. Tako je v državah s kulturo nevpletanja v športne aktivnosti ta v večji meri prepuščena svobodni in neodvisni pobudi državljanov. Promocija in razvoj športa sta zaupana športnemu gibanju kot odrazu razvitosti civilne družbe, za kar država ustvarja gnotne pogoje in mu pomaga pri krepitvi neodvisne sposobnosti delovanja.

Seveda tudi v Evropi obstaja nekaj držav, predvsem tistih v tranziciji, kjer država sama prevzema odgovornost za promocijo in razvoj športnega gibanja. So tudi primeri, da do določene mere vodi tudi športno administracijo in nadzor, vse to v okviru lastnih institucij. V teh primerih imajo ločeno samostojno vlogo le organizacije s športnimi aktivnostmi specifičnega tekmovalnega pomena. Ponavadi so to olimpijski komiteji.

Če bi si se tudi pri nas želeli umestiti v enega od obeh modelov, smo najbrž bliže drugemu. Raven avtonomije športnega gibanja ter razpon njegovih pravic in odgovornosti v večji meri določa država, s svojo predstavo o športu ter vlogo in pomenom športnega gibanja. Vprašanje predvsem je, ali je v teh predstavah šport mišljen zgolj kot pravica ali tudi kot možnost, da ta postane sestavni del življenjskega sloga Slovencev.

**Težko si nadaljnji razvoj športa predstavljamo brez civilnih iniciativ, ki so lastne odprtim in demokratičnim družbam. Večja sinergija javnega in civilnega sektorja pomeni bližnjico k večkrat zapisanemu cilju – postati »športni narod«. Ne zgolj osvojene medalje, temveč tudi ljudje, ki se ukvarjajo s športom za svoje zadovoljstvo in v korist zdravja so merilo razvitosti športa v Sloveniji.**

### MARKO RAJŠTER, Ministrstvo za šolstvo in šport **PREREZ STANJA ŠPORTA ZA VSE Z VIDIKA OBJEKTOV, STROKOVNIH KADROV IN NACIONALNEGA PROGRAMA**

#### **Izvleček:**

Športna rekreacija postopoma pridobiva tisti položaj v športu, ki omogoča pogoje večini državljanov in državljanek, da se lahko redno ukvarjajo s športom. V preteklem desetletju se je podvojilo število tistih, ki se redno ukvarjajo s športom, pa tudi pogostnost ukvarjanja s športom je vedno večja. K temu so, ob dvigu ozaveščenosti ljudi o pomenu redne športne aktivnosti, pripomogli številni kakovostni programi športne vadbe, usposabljanje in izobraževanje strokovnih kadrov in intenzivna gradnja športnih objektov.

V zadnjih petih letih je bilo v Sloveniji zgrajenih 329 novih pokritih vadbenih enot in 278 nepokritih. Na ta način so bili ustvarjeni pogoji za redno športno dejavnost 400.000 športnikov.

Z sprejemom Zakona o športu je bilo opredeljeno kaj je to strokovno delo v športu in kdo ga lahko opravlja. Za delo z otroki in mladino so še posebej določene visoke, a upravičene zahteve po strokovnosti oz. izobrazbi. S pridobitvijo statusa zasebnega športnega delavca je strokovnim delavcem v športu zagotovljena možnost ureditve vprašanj zaposlitve ter zdravstvenega in pokojninskega zavarovanja. V slabem letu dni je ta status pridobilo že več kot 200 strokovnih delavcev.

Letos sprejeti Nacionalni program športa v Republiki Sloveniji opredeljuje usmeritve na področju športne rekreacije ter vsebine in obseg javnega interesa na področju športne rekreacije na ravni lokalne skupnosti in države. Tako smo dočakali temeljni dokument, s katerim je Državni zbor Republike Slovenije postavil osnove za razvoj vseh področij športa v Sloveniji, tudi športne rekreacije.



## DR. HERMAN BERČIČ, Fakulteta za šport **VIZIJA RAZVOJA ŠPORTA ZA VSE V SLOVENIJI S STROKOVNO-ZNANSTVENEGA VIDIKA**

### 1. Kratek uvod

Na slehernem strokovnem in znanstvenem področju človekovega udejstvovanja se nenehno kažejo potrebe po preverjanju teoretičnih modelov in uveljavljanju izsledkov znanstveno - raziskovalnega dela v praksi. Tudi na področju športne rekreacije oziroma rekreativnega športa, ki v praksi kot akcijska različica dobiva ime »šport za vse«, je tako. Kdor v zadnjih desetletjih pozorno spremlja razvoj »športa za vse« v slovenskem prostoru ta ne more mimo ugotovitve, da je bil pri njegovem udejanjanju v praksi dosežen viden napredek. Vendar moramo dodati, da ta napredek ni bil enak v vseh njegovih segmentih, torej v organizacijskem, vsebinskem, kadrovskem, marketinškem, managerskem, podjetniškem, materialnem in inovacijskem. Razlike so se pojavljale glede na posamezne socialno- demografske značilnosti prebivalstva, stopnjo razvitosti posameznih krajev in regij v Sloveniji, geografsko klimatske značilnosti in naravne danosti, popularizacijo, priljubljenost in stopnjo razvitosti posameznih športnih zvrsti, razširjenost in kakovost posameznih športnih oz. športnorekreacijskih objektov, raven ozaveščenosti posameznih skupin prebivalstva in sistem vrednot, ki vključuje tudi športno rekreativno udejstvovanje.

Na osnovi vsakokratne analize stanja (še zlasti v okviru longitudinalne študije **»Športnorekreativna dejavnost v Sloveniji«, Petrovič in soavtorji, 1973 - 1999** ter drugih študij), je bilo mogoče ugotoviti doseženo stopnjo razvoja športne rekreacije oz. »športa za vse«. Na ta način je bilo ugotovljeno vsakokratno stanje in tudi sedanje. Na osnovi dobljenih rezultatov, izsledkov ter ugotovitev pa je in bo mogoče graditi vizijo razvoja tega pomembnega človekovega udejstvovanja tudi v prihodnje.

### 2. Bogata dediščina športne rekreacije oziroma »Športa za vse«

Strokovno spremljanje in raziskovanje različice »športa za vse« je v treh desetletjih razkrilo doseženo raven v njegovih posameznih segmentih. Izhajajoč iz izsledkov posameznih raziskav pri nas (Berčič, Petrovič, 1972; Petrovič in soavtorji 1973, 1976, 1980, 1983, 1986, 1989, 1992, 1996, 1999; Berčič, Damjan, Jančič, Bucik, 1987; Sila, Berčič, Burnik, Petkovšek, Pinter, Vidmar, 1997; Berčič, 1997) in izvedenih modelov v praksi, lahko rečemo, da ukvarjanje z rekreativnim športom že spada med pomembne sestavine kakovosti življenja posameznikov in nekaj več kot polovice prebivalstva v Sloveniji. Na osnovi zbranih in analiziranih podatkov in raznovrstnih kazalcev lahko rečemo, da smo glede športne kulture in razvitosti »športa za vse« v Sloveniji že dosegli raven srednje razvitih evropskih narodov oziroma držav. Veliko je novih organizacijskih in vsebinskih oblik, zasebnikov, športnih podjetij in agencij, ki pripravljajo in ponujajo različne športne oz. športnorekreativne programe, izboljšana in obogatena je kadrovska struktura na tem izseku športnega udejstvovanja, veliko je novih športnih objektov, predvsem fitnes studijev in malih športnorekreacijskih centrov, razvila se je ponudba na svetovnem spletu oziroma medmrežju (internetu), obogatila se je ponudba športnih rekvizitov in opreme ter razširila trgovska mreža na področju rekreativnega športa. V ta okvir spada tudi odprtost in povezanost Slovenije s sosednimi državami ter sodelovanje na področju športne rekreacije oziroma »športa za vse« v mednarodnem prostoru.

### 3. »Šport za vse« v družini

Pri širjenju temeljnih idej rekreativnega športa oz. »športa za vse« ima družina zelo pomembno vlogo. Še vedno velja spoznanje, da dobi otrok prve izkušnje o telesnem, motoričnem, čustvenem, duševnem, socialnem, duhovnem in osebnostnem razvoju prav v družini. Družina je tista najmanjša družbena skupnost, ki otroka lahko najbolj



oblikuje, bodisi v pozitivnem ali v negativnem pomenu. S kateregakoli izhodišča poskušamo razumeti različne dejavnosti otrok in mladine (učenja, igre, pridobivanja različnih navad, vedenjskih in miselnih vzorcev, oblikovanja sistema vrednot itd), povsod se srečujemo s pomenom in vlogo družine, ki lahko zmanjšuje ali povečuje možnosti za zdrav slog življenja svojih otrok in mladostnikov (**Tomorijeva, 1992**). Pri oblikovanju vedenjskega vzorca otrok, v jedru katerega je tudi šport, lahko družina stori zelo veliko. Znano je, da je prav v zgodnjem otrokovem obdobju mogoče najučinkoviteje vplivati na njegov celostni razvoj. Pri tem so na voljo različna sredstva, med katerimi zaseda šport pomembno mesto. Še več, del otrokove osebnosti oz. njegovih sposobnosti, lastnosti in značilnosti je mogoče oblikovati in razviti le s sredstvi, ki so v naravi športa, to pa so različne gibalne dejavnosti. Rezultati in izsledki posameznih raziskav (**Šturm, Petrovič, Strel, 1990**) kažejo, da je mogoče z različnimi gibalnimi nalogami in s primernimi športnimi vsebinami posebej izdatno vplivati na otrokov razvoj od rojstva do tretjega leta starosti. Med tretjim in šestim letom starosti je ta vpliv še učinkovit, nato pa so njegovi učinki vse manjši in se postopno izgublja.

Ko govorimo o vključevanju družin v posamezne akcije »športa za vse« moramo naglasiti, da mora biti doma v družini čimveč različnih in predvsem uporabnih športnih rekvizitov. S tem bodo s pomočjo različnih organizatorjev ter društvenih in družbenih dejavnikov (skupaj s predšolskimi vzgojno - varstvenimi ustanovami in šolo) dani pogoji in možnosti, da bodo otroci sprejemali prva gibalna in športna znanja, na igriv in sproščujoč način. Predvsem naj bi to potekalo skozi igro in z igro (**Pistotnik, 1995**). »Šport za vse« v družini lahko z različnimi oblikami spodbuja večsmerne komunikacije in kolikor bolj so vsi družinski člani vključeni v športno udejstvovanje, toliko večji je vpliv športa na kohezivnost družine, na medsebojne odnose, izkaže pa se tudi kot pomemben dejavnik homogenizacije družine (**Wiatr, 1986; Medekova, 1984; Dohnal, 1989**). Otroci imajo praviloma šport radi. Tudi v družini. Zato je mogoče s pomočjo športa že v najbolj zgodnjem obdobju otroka oblikovati in postaviti temelje za kasnejše športnorekreativno udejstvovanje mladostnika in odraslega človeka (**Videmšek, 1995, 1996, 1997**). To je tudi temelj, na katerem je treba graditi in v okviru »športa za vse« pripravljati družini koristne, prijazne in razvedrilne športne programe, tako, da jih bo čimveč družin tudi sprejelo in osvojilo.

#### 4. »Šport za vse« predšolskih otrok

Številni domači in tuji strokovnjaki ter raziskovalci so s strokovnega in znanstveno - raziskovalnega vidika v veliki meri obdelali problematiko športnorekreativnega udejstvovanja predšolskih otrok. Pri tem je treba naglasiti predvsem vzgojni in rekreativni vidik obravnave športa otrok v tem najbolj zgodnjem obdobju otrokovega razvoja. Športna vzgoja predšolskih otrok (**Kosec, Mramor, 1991**), je z mnogih vidikov obravnave otroka (biološkega, fiziološkega, psihološkega, sociološkega in drugih) izjemno pomembna in s sredstvi motoričnih oziroma gibalnih dejavnosti praktično nenadomestljiva. To je mogoče v polni meri upoštevati pri posameznih akcijah »športa za vse«. Prednosti pridobivanja motoričnih znanj in izkušenj skozi proces motoričnega učenja so v obravnavanem starostnem obdobju res velike. V tem procesu pa je še zlasti pomemben rekreativni vidik športa, tako kot sta ga opredelili **Berdychova, 1973** in **Diemova, 1977**. Oba vidika so v različnih strokovnih prispevkih, študijah in raziskavah obravnavali tudi številni domači avtorji: **Pediček, 1970; Trdina, 1975; Kristan, 1976; Ulaga, 1977; Kremžar - Petelin, 1980; Vauhnik, 1983; Rajtmajer, 1987; Kosec, 1988; Strel, 1989; Petrovič, 1992; Pišot, 1997; Pistotnik, 1999; Videmšek, 1995, 1996, 1997, 1999, 2000**. Vzgoja najmlajših se začne z gibanjem in igro, gibalna dejavnost pa je tisto primarno vzgojno - izobraževalno in razvedrilno področje, preko katerega si predšolski otroci razvijajo ne le motorične in intelektualne sposobnosti, marveč neposredno vpliva tudi na proces njihove socializacije (**Videmšek, Karpljuk, 1997**). Vse te dejavnike je bilo in je mogoče najti v posameznih akcijah oz športno - razvedrilnih programih kot so »Športna Značka«, »Zlati sonček«, »Ciciban Planinec«, »Prvi koraki v športu«, »Plavanje z dojenčki« in v podobnih



akcijah. V okviru »športa za vse« naj bo vsaka športno - razvedrilna dejavnost predšolskih otrok predvsem igriva, svobodna in ustvarjalna. Ker so predšolski otroci izredno dinamični, vedoželjni, razposajeni in igrivi je treba nenehno skrbeti za nove organizacijske in vsebinske oblike ter osvežitve pri posredovanju razvedrilnih športnih vsebin, z izbiro sodobnih metodično - didaktičnih poti in otroku prijaznih pedagoških prijemov. Te naj bi predvsem upoštevali starši in vzgojitelji pa tudi športni pedagogi in vsi tisti (specialni pedagogi, defektologi in drugi), ki se kakorkoli srečujejo s problemi in vprašanji zorenja otrok in z vprašanji otroka v gibanju.

### 5. »Šport za vse« v šolskem obdobju

Posamezne akcije in različni športni programi, ki se pripravljajo in organizirajo v okviru celovite akcije »športa za vse« se v veliki meri lahko vključujejo tudi v različne športne dejavnosti, ki se izvajajo v okviru pedagoškega procesa v šolah različnih stopenj in zahtevnosti. Tu gre predvsem za organiziranje in izvajanje različnih pristočnih dejavnosti šoloobveznih otrok in mladine. Tudi na tem področju je bilo opravljenih več raziskav (Strel, Štihec, Videmšek, 1988; Štihec, Kovač, 1990, Štihec, 1993; Strel, Šturm, Ambrožič, Leskošek, Štihec, 1994; Štihec, Strel, 1998. Izbrane športne vsebine, ki jih pripravljajo različni zasebniki in podjetniki na področju »športa za vse« ter drugi društveni dejavniki na področju športa, naj bi še zlasti vključili v različne »Šole v naravi«, »Športne tabore«, »Športne dneve«, »Športne delavnice«, »Športne interesne dejavnosti« ter v druge organizacijske in vsebinske oblike športa v šoli. Sem spadajo tudi različna »Šolska športna tekmovanja«, »Športni program Krpan«, »Plavalno opismenjevanje«, »Voda za vse« in »Športni programi počitniških dejavnosti«. V šolah naj bi kolikor je to največ mogoče nadaljevali s pridobivanjem temeljnih gibalnih in športnih izkušenj ter navad, ki si jih otroci pridobijo v družinah, vse skupaj pa naj bi smiselno povezali s številnimi akcijami »športa za vse«, ki se organizirajo v ožjem in širšem bivalnem okolju otrok. To bo tudi najboljša pot preprečevanja in širjenja uživanja različnih drog oz. psihoaktivnih snovi ter posamezniku in družbi škodljivih vedenjskih pojavov in odklonov. V tem smislu je treba nadaljevati z akcijami kot so »Veter v laseh, s športom proti drogi« in podobnimi ter pripraviti osvežujoče novosti.

### 6. Problemi »Športa za vse« v obdobju zrelosti

Med posameznimi dejavniki na osnovi katerih lahko ocenjujemo in vrednotimo vsakokratno doseženo stopnjo razvoja »športa za vse«, med ljudmi v obdobju zrelosti, je gotovo stopnja oz. pogostost njihovega športnorekreativnega udejstvovanja. To je tudi eden izmed kazalcev razvitosti tega področja med prebivalstvom in pomemben podatek, ki v določeni meri opredeljuje tudi njegovo kakovost. Tudi v tem segmentu je bilo opravljenih več raziskav (Berčič, Bednarik, 1992; Sila, 1995; Berčič, Sila, 1995; berčič, Sila, 1996; Brčič, Sila, 1997). Kot kažejo izsledki ene od teh (Berčič, 1997) se je npr. stanje v preučevanih desetih letih (1987 - 1996) bistveno spremenilo na bolje. To je bilo pred nekaj leti za strokovnjake in načrtovalce razvoja »športa za vse« ter druge delavce s tega področja vsekakor spodbudno.

Ob tem smo z zadovoljstvom ugotovili, da je v obravnavanem desetletju v segmentu »redno aktivni rekreativni športniki« prišlo do bistvenega napredka. Ta napredek verjetno lahko pripišemo višji stopnji ozaveščenosti prebivalstva na področju športa ter domnevno preoblikovanju sistema vrednot in to pri tistih športno neaktivnih (ali ne dovolj aktivnih), ki se pred obravnavanim desetletjem še niso vključevali v športne tokove. Ta trend pa se še nadaljuje. Vedno bolj so v ospredju športi, ki so primerni za odrasle in starejše rekreativne športnike, za moške in ženske in predvsem za celotno družino. Športnorekreativna dejavnost prebivalstva danes poteka v vseh letnih časih, v vseh vremenskih pogojih in v veliki meri, ne le v pokritih športnih objektih, marveč tudi v naravnem okolju. Največji premik pa je napravljen pri redni in organizirani vadbi prebivalstva. To naj bi bila tudi vizija razvoja »športa za vse« v prihodnje, v okviru katere bi morali še bolj popestriti in razširiti športnorekreativno ponudbo in obogatiti



različne športne programe. Še naprej je treba nadaljevati z animacijskimi in ozaveščevalnimi akcijami (**Teden športa, Mesec športa, Mesec rekreacije, Rekreacija 2000 itd.**) in dvigovati raven ozaveščenosti slovenskega prebivalstva na področju športa.

### 7. Posebnosti »športa za vse« z vidika žensk

Zaradi naravnih razlik med spoloma ter še zlasti bioloških, fizioloških in psiholoških posebnosti so številni strokovnjaki in raziskovalci posebej obravnavali in raziskovali problematiko športnorekreativnega udejstvovanja žensk (**Petrović in soavtorji, 1973 - 1999; Berčič in soavtorji, 1987; Doupona, 1996; Berčič, 1997**). Na osnovi navedenih študij je bilo v preteklem obdobju mogoče ugotavljati trende v športnorekreativni dejavnosti žensk, tudi v primerjavi z moškimi. Tako je bilo pred letom 1973 razmerje med rekreativnimi športniki in rekreativnimi športnicami **4 : 1**, leta 1973 je bilo to razmerje **2 : 1**, deset let kasneje pa **1,5 : 1**. Leta 1987 je bilo ugotovljeno razmerje **1,35 : 1** v korist moških.

V izbranem preučevanem razvojnem obdobju 1987 - 1996 (**Berčič, 1997**), so pri rednem športnem udejstvovanju žensk nastale največje spremembe. Te so namreč s prehodom v višji kakovostni razred (redno gibalno dejavnih) rekreativnih športnic spremenile dosedanje razmeroma manj ugodno razmerje in se precej približale moškim. Ugotovljeno razmerje med redno športno aktivnimi moškimi in ženskami je bilo **1,3 : 1**. Dobljeni podatek dopušča oceno, da je povečano število redno športno aktivnih žensk, morda največji dosežek preučevanega desetletja. Pri tej analizi je treba naglasiti, da je bilo takih žensk ki se nikoli ne ukvarjajo s športom še vedno nekaj več kot polovico. Podobne rezultate kaže tudi analiza tovrstne povezanosti v zadnjih longitudinalnih študijah o športnorekreativni dejavnosti v Sloveniji.

V okviru »športa za vse« je treba dekletom in ženskam še naprej pripravljati prijazne, razvedrilne in sproščujoče športnorekreativne programe, jih bogatiti in dodajati nove, skladno z evropskimi in svetovnimi trendi. Posebno skrb je treba namenjati osnovanju njihove pozitivne motivacijske strukture in ustreznega sistema vrednot.

### 8. »Šport za vse« in starostniki

Problemov in vprašanj športnorekreativnega udejstvovanja starostnikov je več, predvsem zaradi postopnega upadanja njihovih psihofizičnih sposobnosti. Vendar to še ni razlog za prenehanje vsakršne aktivnosti. Prav nasprotno, to je znak, da je treba ostati gibalno aktiven vse do pozne starosti. Tudi v tem starostnem obdobju je bilo opravljenih več raziskav. Navedimo rezultate primerjalne analize med leti 1987 in 1996 (**Berčič, 1997**).

Leta 1987 so bili na reprezentativnem vzorcu odraslih prebivalcev in starostnikov Slovenije prvič segmentarno preučevani različni načini njihovega športnega udejstvovanja. Ugotovljeno je bilo, da se 84.3% starostnikov, starih nad 60 let, ni nikoli ukvarjalo s športom, in le 4,6% redno. Skoraj deset let pozneje (1996) so bili prav tako na reprezentativnem vzorcu odraslih prebivalcev med drugim, zbrani tudi podatki o različnih načinih njihovega športnega udejstvovanja. V vzorcu je bila tudi skupina starostnikov, starih nad 60 let. Na osnovi primerjalne analize je bilo ugotovljeno, da je v starostnem obdobju nad 60 let še vedno največ neaktivnih Slovenk in Slovencev oz. prebivalcev Slovenije. Prag večjega neukvarjanja s športom se je iz prejšnjega (po 50. letu), pomaknil za starostno obdobje po 60. Letu. Ob tem pa smo hkrati ugotovili, da se je v primerjalnem obdobju število aktivnih rekreativnih športnikov (starostnikov) povečalo skoraj za 100%. To kaže na postopno povečanje stopnje ozaveščenosti starostnikov na področju športa v Sloveniji in posledično na prihod bolj ozaveščenih generacij. Tako gledano generacijsko iz desetletja v desetletje izgubljammo manj redno aktivnih rekreativnih športnic in športnikov. Tak trend je treba nadaljevati in v povezavi s posameznimi



akcijami »športa za vse« (»Prizma optimizma«, »Gibanje je življenje, življenje je gibanje«) v športnorekreativne tokove vključiti še več starostnikov. Posebno skrb je treba nameniti organizacijski, vsebinski in kadrovski zasnovi športnorekreativnega udejstvovanja v domovih za ostarele občane.

### 9. »Šport za vse« in invalidi

Ko obravnavamo problematiko »športa za vse« v povezavi z življenjem invalidov, moramo ugotoviti, da se je tudi pri nas v praksi že v precejšni meri uveljavilo načelo **»Ni pomembno, kaj je invalid izgubil, marveč kaj mu je ostalo«**. Prav pri tem pa šport lahko veliko pomaga

(Guttman, 1948, 1972). Že dolgo je torej znano, da sta šport in športnorekreativna dejavnost pomembna dejavnika pri vzpostavljanju notranjega ravnovesja invalida in ravnovesja z njegovim okoljem (Grobelnik, Turk, Hrovatin, 1972). V nadaljevanju so to problematiko pri nas v praksi preučevali številni strokovnjaki (Marinček, 1976, 1981; Berčič, 1983; Berčič, Ambrožič, 1984; Berčič, Žvan, 1988). V zadnjem obdobju pa so posamezni raziskovalci ali skupine raziskovalcev v svojih raziskavah potrdili veliko vrednost športa pri celoviti rehabilitaciji invalidov in v njihovem življenju nasploh (Vute, 1993, 1999; Berčič, Ažman, 1995; Berčič, Šavrin Tušak, Vute, 1996; Ažman, 1997 in Berčič, 1999).

Športna rekreacija (»šport za vse«) je tako pri nas postala pomembna sestavina kakovosti življenja že precejšnega števila invalidov. Zaradi svojih zdravstvenih, fizioloških, psiholoških, psihohigienskih, psihosocialnih in drugih učinkov pa je praktično že nepogrešljiva. Tako naj bi bilo tudi v prihodnje. S športnimi vsebinami naj se dopolnjujejo rehabilitacijski programi v ustreznih rehabilitacijskih ustanovah in institucijah, v praksi pa moramo preko številnih organizacij invalidov in njihovih društev v celoti uveljaviti temeljna načela »športa za vse«. Ne glede na stopnjo in vrsto invalidnosti (čeprav je to pri izvajanju športnorekreativnih programov v praksi treba še posebej upoštevati), naj bi v praksi bolj kot doslej v okviru »športa za vse« poskrbeli za posebne in prilagojene športnorekreativne programe. »Šport za vse« naj postane vsakodnevna sestavina življenja invalidov in naj v obliki različnih športnorekreativnih dejavnosti in razvedrilnih športov »pride« v vsak njihov dom.

### 10. Zaključek

V tem kratkem pregledu obravnave posameznih vprašanj in problemov, ki so povezani s stanjem in vizijo razvoja »športa za vse« v Sloveniji, smo kot kriterij obravnave izbrali biološko krivuljo človekovega razvoja. Lahko bi izbrali tudi kakšen drug kriterij ali merilo, vendar je na izbrani osnovi mogoče obravnavati posamezne probleme bolj prepričljivo in argumentirano. Dejstvo je, da vseh številnih problemov »športa za vse« ni bilo mogoče obravnavati v tem strnjenem sestavku. Še vedno ostajajo aktualna vprašanja povezanosti športne rekreacije (»športa za vse«) oz. športne stroke in znanosti z medicinsko stroko in znanostjo ter z drugimi strokovnimi in znanstvenimi področji. Posebno vprašanje predstavlja povezanost športne rekreacije oz. »športa za vse« s turizmom, kulturo in drugimi področji človekovega delovanja in ustvarjanja. V sklepni misli lahko zapišemo, da je treba na osnovi predstavljene obravnave, izsledkov, spoznanj in ugotovitev z vsemi možnimi sredstvi (intelektualnimi, materialnimi, finančnimi, kadrovskimi, oglaševalskimi itd.), nadaljevati z razširjanjem ter organizacijsko in vsebinsko bogatitvijo akcije in gibanja »športa za vse« v slovenskem prostoru.

**Opomba:** Uporabljeno literaturo, ki izhaja iz številnih navedb v sestavku, je mogoče dobiti pri avtorju.



## **»Zdravju prijazni športno-rekreativni programi«**

**Promocija zdravega življenjskega sloga kot temeljnega elementa odličnosti športne organizacije in varovanje zdravja udeležencev programov športne rekreacije**

dr. Jožica Maučec Zakotnik, CINDI Slovenija

**Trženje kakovostnih zdravju prijaznih športno-rekreativnih programov**  
Iztok Retar, Športna agencija Polo Koper



### DR. JOŽICA MAUČEC ZAKOTNIK, CINDI Slovenija PROMOCIJA ZDRAVEGA ŽIVLJENJSKEGA SLOGA KOT TEMELJNEGA ELEMENTA ODLIČNOSTI ŠPORTNE ORGANIZACIJE IN VAROVANJE ZDRAVJA UDELEŽENCEV PROGRAMOV ŠPORTNE REKREACIJE

#### PREDSTAVITEV PROGRAMA CINDI:

**CINDI** (Countywide Integrated Noncommunicable Diseases Intervention Programme) je program Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) za promocijo zdravega življenjskega sloga in preprečevanje dejavnikov tveganja (kajenja, debelosti, nezdrave prehrane, telesne nedejavnosti, zvišanega krvnega tlaka, krvnega sladkorja, krvnih maščob, stresa) za kronične bolezni. Zdravljenje teh bolezni, kot so srčno žilne bolezni, sladkorna bolezen, rak in druge, predstavlja v sodobnem svetu glavno breme zdravstva in državnih blagajn. Program je razširjen v 28 državah Evrope in v Kanadi, pod imenom Karmen pa se širi v države S, Srednje in J Amerike. Program deluje po skupni metodologiji SZO in uporablja strategijo promocije zdravja (na nivoju ministrstev, preko medijev, v lokalni skupnosti ter v sodelovanju z različnimi partnerji), spodbujanja zdravega okolja ter v preventivo usmerjenega zdravstvenega varstva.

#### ZAKAJ PROMOCIJA ZDRAVEGA ŽIVLJENJSKEGA SLOGA?

Sodoben slog življenja ima vse značilnosti nezdravega življenjskega sloga. Količina gibanja, ki ga ljudje izvajajo v svojem vsakdanjem življenju povsod po svetu upada in predstavlja skrb tako medicinski stroki kot tudi političnim strategom, ki zaznavajo negativne posledice na zdravju in z njimi povezane rastoče stroške države. Telesna nedejavnost in sedeč življenjski slog predstavljata dejavnik tveganja za debelost, osteoporozo, koronarno srčno bolezen, sladkorno bolezen in raka kot tudi za zvišan krvni tlak in motene maščobe v krvi. Pri telesno nedejavnih sta pogostejši tudi depresija in različne oblike odvisnosti ter občutek osamljenosti, posebno pri starih ljudeh. Tudi druge oblike nezdravega življenjskega sloga, kot so nezdrava prehrana in uporaba drog, med katerimi sta kajenje in prekomerno uživanje alkohola zelo pogosta, so pogostejše pri tistih, ki se ne gibljejo.

CINDI študiji dejavnikov tveganja in nezdravega življenjskega sloga (1990/91 in 1996/97) sta pokazali, da so tako prvi kot drugi med Slovenci zelo razširjeni in da je trend v šestih letih neugoden. Vsi dejavniki tveganja, razen kajenja, so porasli.

Primerno telesno dejavnih, tako da koristijo svojemu zdravju, je le 33% pregledanih, mejno telesno dejavnih je 40%; delež teh je v šestih letih upadel za 10%, od 50% na 40%. Telesno nedejavnih, takih, ki zaradi negibanja močno tvegajo za svoje zdravje, je 25%; delež teh je porastel od 15% na 25%. Manj kot 30% žensk je po 45 letu primerno telesno dejavnih. Prav v tej starostni skupini postanejo tudi ženske močnejše ogrožene z dejavniki tveganja za kronične bolezni, za osteoporozo, zveča se število poškodb in zmanjša se moč mišic spodnjih okončin, ki omogočajo normalno funkcioniranje v starejših letih (vzpenjanje po stopnicah, vstajanje iz sedečega položaja). Le približno 40% moških po 45. letu je primerno telesno dejavnih.

Prehranske navade Slovencev so prav tako nezdrave (prof. Koch, 1997). Pojemo za tretjino preveč skupnih maščob, za enak delež preveč škodljivih živalskih maščob, preveč enostavnih sladkorjev, slaščic in sladkih pijač, jemo preveč kalorično hrano in preveč soli. Premalo pa pojemo sadja in zelenjave, škrobnih živil (kruha, testenine, kaše, riža in krompirja) ter vlaknin.



Posledica nezdrave prehrane in majhne količine gibanja je, da je primerno prehranjenih le dobra tretjina pregledanih (ITM med 25 in 30), 40% je prekomerno prehranjenih, 21% predebelih (ITM > 30). Le polovica pregledanih ima normalen krvni tlak, le tretjina jih ima normalen holesterol v krvi in le 50% ima normalen krvni sladkor. Le kajenje je v šestih letih upadlo od 42% na 28%. Sprememba nezdravega življenjskega sloga je osnovni ukrep, če želimo zmanjšati dejavnike tveganja in kronične bolezni, ki so glavno breme zdravstva, pa tudi veliko finančno breme države in vzrok za prezgodnjo umrljivost predvsem moške populacije ter invalidnost in veliko število od tuje pomoči odvisnih starejših ljudi.

Zadostno gibanje in zdrava prehrana ter uživanje čim manjših količin alkohola, opustitev kajenja in ostalih drog so glavna sporočila, ki bi morala biti prisotna na vseh ravneh družbenega življenja, tj. v medijih, vrtcih, šolah, zdravstvenih ustanovah, delovnih organizacijah, lokalnih skupnostih in seveda v vsaki športni organizaciji. Ne le vedenje o zdravem načinu življenja, ampak tudi aktivnosti, ki spodbujajo in omogočajo zdravo življenje, so predpogoj za spremembo življenjskega sloga ljudi.

S sporočili zdravega življenjskega sloga je pomembno doseči tudi tisti del populacije, ki za zdravo življenje ni motiviran in o spremembi življenjskega sloga ne razmišlja. Informiranje o pomenu zdravega življenjskega sloga in metode motivacije ter spodbujanja k spremembi lahko pripomorejo k odločitvi za spremembo. Pomoč pri odpravljanju ovir za spremembo in nudenje podpore zagotavlja uspešnejše spreminjanje in vzdrževanje zdravega življenjskega sloga.

Pomembno je izdelati nacionalno strategijo za promocijo gibanja, ki krepi zdravje (HEPA – Health Enhancing Physical Activity). To je zmerna telesna dejavnost, ki je dostopna vsem starostnim in družbenim skupinam prebivalcev, in jo ljudje lahko vključijo v življenjski slog. Hoja, kolesarjenje, plavanje, ples, delo na vrtu, hoja po stopnicah, hoja ali kolesarjenje v službo in domov, so aktivnosti, ki so del vsakdanjega življenja in jih, če ljudje na to mislijo, lahko vključijo v vsakdan. Vsaj pol ure zmerne gibanja dnevno in to vsaj 5 dni v tednu je tista telesna dejavnost, ki že bistveno izboljša zdravje posameznika in populacije. Z zvečanjem zmerne gibanja predvsem starejše populacije lahko zmanjšamo delež od tuje pomoči odvisnih starostnikov in zvečamo njihovo neodvisnost, funkcionalnost in psihosocialno zdravje.

Katera telesna dejavnost naj se promovira za starejšo populacijo?

Postopno zviševanje do 30 minut zmerne telesne dejavnosti vsaj 5 dni v tednu, vendar je katerakoli aktivnost boljša kot sploh nobena. Aktivnosti za izboljšanje gibljivosti sklepov in mišične moči so predvsem pomembne za starejše ljudi z zmanjšano funkcionalno sposobnostjo.

Pri mnogih starejših ljudeh že 10 minutna hoja presega njihovo funkcionalno sposobnost. V takih primerih je bolje, da izvajajo posebne aktivnosti za izboljšanje gibljivosti in mišične moči. Take vaje pogosto zahtevajo navodila strokovnjakov in nadzor zdravnika specialista. Na splošno so pri starejših ljudeh pomembne vaje za gibljivost sklepov in mišično moč zato, da ohranijo optimalno funkcionalno sposobnost in se s tem izognejo ali zmanjšajo nastanek telesnih okvar, ki nastopijo v starejši dobi.

Novi programi, s katerimi se športne organizacije približajo starejši populaciji v lokalni skupnosti, npr. Mavrični program hoje, lahko bistveno pripomorejo h kakovosti dela športne organizacije in k boljšemu zdravju starostnikov.

Katere elemente promocije zdravja lahko športna organizacija še izvaja?



Športna organizacija je mesto, kjer se zbirajo in družijo ljudje, ki v večini želijo z zdravim načinom življenja ohraniti ali izboljšati svoje zdravje in kvaliteto življenja. Zato lahko športna organizacija z ustrezno usposobljenimi strokovnjaki nudi znanje in veščine zdravega prehranjevanja, zdravju prijazne športne vadbe, ohranjanja normalne telesne teže in zdravega hujšanja, spodbuja nekajemnje in življenje brez drog ali nudi pomoč pri opuščanju kajenja.

Sodelovanje športne organizacije s strokovnjaki drugih strok omogoča izvajanje takih programov in zveča kvaliteto ponudbe, ljudem pa omogoča celovito promocijo zdravja in pomoč pri opuščanju razvad in spreminjanju življenjskega sloga.



### IZTOK RETAR, prof. Športna agencija Polo Koper **TRŽENJE KAKOVOSTNIH ZDRAVJU PRIJAZNIH ŠPORTNO-REKREATIVNIH PROGRAMOV**

#### Integralni marketinški pristop

Danes za sodoben marketinški pristop nesporno velja tako imenovani integralni marketing. Zanj je, če prilagodimo teorijo za naše potrebe, značilno, da uravnoteženo združuje vse marketinške elemente in jih poveže v učinkovit sistem menjave. Tako ne gre več za samo z oglaševanjem podprto ustvarjanje potrebe po izdelku, marveč za usklajeno sodelovanje med prepoznavanjem želja in potreb kupcev ter zadovoljevanjem le-teh s strani proizvajalcev-prodajalcev. V nadaljevanju nameravam izpostaviti po mojem mnenju nekaj najpomembnejših elementov, ki so odločilni za uspešno trženje športno-rekreativnih programov na področju krepitve zdravja.

#### Produkt

Najprej si bomo ogledali značilnosti najpogostejših produktov športne rekreacije namenjene zdravju, ki jih lahko delimo po namenu in po vsebini. Po namenu lahko ločimo programe za: pridobivanje, ohranjanje ali krepitev zdravja. Po vsebini pa na programe redne športne vadbe, na športno-rekreativna tekmovanja in na športno-rekreativne dogodke. Od namena in vsebine je odvisno katero ciljno skupino bomo nagovarjali, kolikšno ceno bomo postavili produktu in katera marketinška orodja bomo izbrali. Pri načrtovanju produkta-programa je najbolj pomembno to, da program predstavlja odziv želja, interesov in potreb ciljne skupine. Odličen pa vendarle napačno zasnovan program, ki ne rešuje problemov vezanih na potrebe po gibanju zaradi motiva zdravja, je namreč že v naprej zapisan neuspeh.

#### Tržno komuniciranje

S tržnim komuniciranjem nagovarjamo in prepričujemo ciljno skupino, da se vključuje in udeležuje naših športno-rekreativnih programov. Smiselno je, da se pri snovanju nagovornega sporočila opredelimo za jasno in prepoznavno poslanstvo našega programa, ki naj zajema naslednja sporočila potencialnim uporabnikom: zdravje kot kapital, zdravje kot primerjalna prednost, zdravje kot statusni simbol, zdravje kot uspeh, zdravje kot varčevanje... Ob klasičnih marketinških orodjih priporočamo še uporabo možnosti, ki jih ponuja internet (domača spletna stran, e-pošta...). Vsekakor pa je največ pozornosti potrebno nameniti uravnoteženemu oglaševalnemu načrtu saj je le tako mogoče pričakovati sinergijske učinke za najmanj vloženega denarja.

#### Prodaja

Prodaja je najobčutljivejši del marketinškega procesa. Športno zdravstvene storitve lahko prodajamo v obliki paketov ali posamično oziroma v kombinirani obliki. Kot oblika plačil se najbolj obnese mesečna članarina, pri čemer vam svetujemo ponudbo mesečnega plačevanja preko bančnega trajnika ali pa s plačilno kreditno kartico. Paketna oblika naj bo zasnovana tako, da stranka lahko samostojno sestavlja iz različnih vsebin svoj lasten program. Zgled: začetno merjenje, program aerobne vadbe, program meditacije, strokovno predavanje in zaključno merjenje.

#### Po nakupne storitve

Smisel po nakupnih storitev je v našem primeru utrditi naš produkt na trgu, mu zagotoviti redne kupce, višje pozicionirati našo znamko in dosegati višje cene. Svetujemo naslednje oblike: izobraževanje, svetovanje in merjenje. Pri izobraževanju priporočamo poljudna predavanja na temo varovalne prehrane, energetskih napitkov, avtogenega treninga, meditacije... Na področju svetovanja velja poudariti strokovno svetovanje pri načrtovanju varne športne vadbe, udeleževanje tečajev in šol pri organizatorjih z licenco, svetovanja zdravnika pri udeležencih za katere je športna dejavnost tvegana... Merjenje pomemben motivacijski element saj vsakdo želi

napredovati, napredek pa objektivno dokazujemo z meritvami. Priporočamo ugotavljanje telesne sposobnosti z preizkusom hoje na 2 km, Cooperjev preizkus, merjenje krvnega tlaka, maščob in lipidov v krvi, cikloergometrijski preizkus...

Samo s skrbno načrtovanim programom, ki je posledica zahtev in pričakovanj uporabnikov, z zmerno ceno in ugodnimi plačilnimi pogoji, z usposobljenimi in prijaznimi izvajalci, z prepoznavno blagovno znamko in uravnoveženim oglaševanjem in stiki z javnostmi lahko pričakujemo uspeh.



## ***Predstavitveni maraton športnih organizacij***

### **»Informacija o rekreacijskih dejavnostih v Gorici«**

prof. Aldo Rupel

### **»Slovenija v gibanju, z gibanjem do zdravja«**

Vilma Rupnik, Športna unija Slovenije

### **»Informacijsko partnerstvo na področju športne rekreacije v Sloveniji«**

Marko Kolenc, Zavod za šport Slovenije

### **»S športom je življenje lepše«**

Samo Vojnovič, Sokolska zveza Slovenij

### **»Strokovna šola rolanja in drsanja«**

Luka Klasinc, Lucy Luka d.o.o. Ljubljana

### **»ŠD GABERJE-splet tradicije in sodobnosti**

Metod Trebičnik, Športno društvo Gaberje, Celje

### **»Veter v laseh, s športom proti drogi«**

Aleš Kranjc Kušlan, Športna unija Slovenije

### **»Športna ulica«**

Iztok Retar, Športna agencija Polo, Koper

### **Predstavitev ŠD TEN-SPORT**

Marjan Tomazin James, ŠD TEN-SPORT, Slovenska Bistrica

### **»Program G-rega«Športni programi za prešolske otroke in seniorje**

Gregor Pust, TRS d.o.o. Ljubljana

### **»Predstavitev SK Capris, Koper«**

Bojan Šturm, SK Capris, Koper

### PROF. ALDO RUPEL INFORMACIJA O REKREACIJSKIH DEJAVNOSTIH V GORICI

V Gorici se v okviru slovenske narodne skupnosti odvijajo že več desetletij organizirane oblike gibalne rekreacijske dejavnosti v sodobnem smislu tega izraza. V okviru različnih športno rekreacijskih društev so se zlasti v prejšnjih desetletjih odvijali odbojcarski in košarkarski turnirji predvsem na igrišču Dijaškega doma ali na igrišču prosvetnega društva Oton Župančič v Štandrežu, v zadnjih letih pa prevladuje odbojka na mivki. Prav tako so se odvijali množični namiznoteniški in teniški turnirji, ki so trajali po več tednov. Petnajst let zapored so v Števerjanu prirejali orientacijske pohode z udeležbo do 150 oseb. V Brdih od Števerjana do Gonjač poteka že dve desetletji množičen čezmejni Spominski pohod od spomenika do spomenika NOB z udeležbo od 300 do 900 ljudi. Tudi drugod potekajo manj redno in ne dolgotrajno v letih množični pohodi po Doberdobskem Krasu, čezmejno v Jamljah in v Sovodnjah in nekaj let zapored v Štandrežu. V okolici Gorice prirejajo skupaj kulturna in športna društva pomladanske in poletne turnirje v minigometu, ki se jih udeležujejo moške in ženske ekipe z obeh strani meje. Občasno in na daljšo časovno razdaljo se odvijajo srečanja v duhu in slogu Iger prek meja z udeležbo skupin iz različnih krajev Goriške pokrajine, kjer prebivajo Slovenci.

Posebej velja omeniti dve obliki rekreacije. Kot prvo zabeležimo čolnarjenje s kajaki na Soči in Vipavi, kar se odvija v okviru društva Šilec. Petnajst let poteka čezmejna regata (8 km) od Solkana do Podgore s 40 do 200 in več udeleženci, šest let se odvija spust od Renč do Sovodenj na Vipavi (18 km) s 40 do 80 udeleženci. Osemkrat so se doslej zbrali kajakaši na prvi dan leta, da so se spustili iz Gorice do Sovodenj (6 km) in nazdravili skupaj s sorodniki in znanci, nekajkrat so poskusili tudi nočno baklado po Soči na isti razdalji. Sicer pa tudi drugače vozijo v rekreativne namene po Vipavi na območju sovodenjske občine, po Soči pod Gorico do državne meje v višini Solkanskega polja in po presihajočem Doberdobskem jezeru. Zahtevnejši a vsekakor rekreacijski podvigi so v zadnjih letih enkrat potekali na 52 km dolgi razdalji od izvira Vipave do njenega izliva v Sočo in dvakrat po Soči od sotočja z Vipavo do izliva v morje v Tržaškem zalivu (32 km), v ta okvir sodi tudi triathlon s kajakom, v teku in s kolesom na 16 km dolgi progi.

Druga oblika, ki je najbolj klasična po svojih značilnostih in izvajanju je rekreacijska telovadba, ki poteka v telovadnicah. Odvija se navadno v petih krajih: v Gorici, Števerjanu, Sovodnjah, Štandrežu in Štmavru, sicer ne vsako leto prav povsod, a v prvih treh krajih že dolgo let. Najdlje in sicer neprekinjeno trideset let poteka ta oblika dejavnosti pri Slovenskem planinskem društvu v Gorici. Lokacija se je v tem času spreminjala, toda od leta 1979 je sedež dejavnosti v telovadnici goriškega Kulturnega doma. Redne vadbе, ki poteka od oktobra do junija dvakrat tedensko po eno ali dve uri, se je v vseh teh letih udeležilo okrog 700 ljudi s povprečno prisotnostjo od 30 do 40 in špicami do 60 oseb. Mirno smemo trditi, da gre v absolutnem smislu za najmnogičnejše tako dolgotrajno redno zbiranje Slovencev v zamejskem prostoru. Osnovna dejavnost je splošna telovadba brez in z malim orodjem - predvsem žoge, na velikem stenskem orodju, odbojka, prvine akrobatike, različni teki, aerobična ritmika in podobno ob glasbeni spremljavi, prvine avtogenega treninga. Ista skupina rekreativcev hodi - vendar v manjšem številu - poleti v planine in gore, po pravilu le v Slovenijo (Trnovska planota, Julijci, Snežniško pogorje, včasih Karavanke), vključno, a le včasih, s prespanjem v naravi.



### VILMA RUPNIK, Športna unija Slovenije »SLOVENIJA V GIBANJU, Z GIBANJEM DO ZDRAVJA«

#### ZDRAVJU PRIJAZNA ŠPORTNA VADBA

V sodelovanju s Cindi Slovenija smo na Športni uniji Slovenije zastavili projekt »Slovenija v gibanju, z gibanjem do zdravja«.

Namenjen je odraslim vseh starosti za vzpodbujanje k izbiri zdravega aktivnega življenjskega sloga, primerne letom, spolu in gibalnim potrebam posameznika.

K redni telesni dejavnosti jih spodbujamo s slogani kot so:

- Namesto obilne večerje si raje privoščite sprehod.
  - (P)ostanite aktivni s pol ure zmerne gibanja dnevno.
  - Zaplavajte skozi poletje.
  - Pol ure zmerne gibanja dnevno izboljša Vaše zdravje.
- Objavljamo jih na Telopu TV SLO.

Prvo aktivnost v projektu smo zastavili s »Preizkusom hoje na 2 km«. Z njim ocenjujemo telesno zmogljivost (fitnes indeks) udeležencev. Po opravljenem preizkusu pa jim svetujemo kako izbrati svojemu zdravju prijazno športno vadbo.

Preizkusi so spomladi in jeseni, v vmesnem obdobju udeleženci trenirajo sami. Namenjeni so načrtovanju zdravju prijazne vadbe in ugotavljanju učinkovitosti programa športne aktivnosti.

Potek preizkusa v hoji na 2 km

- Udeleženec izpolni vprašalnik, na osnovi katerega ugotovimo ali je njegovo zdravstveno stanje za opravljanje testiranja ustrezno.
- Udeležence ogrejemo s hitro hojo in z vajami za raztezanje. Hkrati jim svetujemo kako pospešiti svoj običajni korak in obdržati enakomeren tempo hoje.
- Pred startom udeleženca testiranja vodja meritev ponovno opozori na pomembne elemente:  
Hodite tako hitro kot zmorete, da pri tem ne ogrožate svojega zdravja. Hodite v enakomernem tempu, pospeševanje tik pred ciljem je lahko vzrok za slabši rezultat.
- Ob prihodu na cilj mu izmerimo srčno frekvenco in čas, ki ga je porabil da je prehodil 2km progo (po ravnem).
- Na osnovi starosti, spola, telesne višine, telesne teže in rezultatov testiranja mu izračunamo fitnes indeks (računalniški program), ter izpišemo navodila.
- Sledi ohlajanje telesa z vajami za raztezanje, ter individualno svetovanje na osnovi izpisa rezultatov.

Pri tem je osebni pogovor najbolj učinkovit, hkrati pa podprt z objektivnimi informacijami. Običajno se udeleženci testiranja precenjujejo in šele objektivni rezultati na računalniškem izpisu pokažejo kakšna je zmogljivost posameznika. Ob pogovoru so tudi dovzetni za dobre nasvete in opozorila kako spremeniti svoje življenjske navade, da bi lahko koristili svojemu zdravju in dobremu počutju - vsak dan.

Test je varen, ponovljiv, uporaben in do udeležencev prijazen. Pomembno je, da je element testiranja hoja, kot osnovna človeška vaja, zato je tudi dostopen širši populaciji odraslih. Hoditi znajo vsi in pred testiranjem nimajo zadržkov, da tega nebi mogli.

V letošnjem letu dodajamo Mavrični program hoje. Obsega 11 zloženek, z navodili za postopno izboljševanje telesne zmogljivosti, med njimi 6. zloženska uporabnika usmerja na testiranje v hoji na 2 km. Namenjen je individualni uporabi.

Da bo program čim boljše zaživel, načrtujemo za začetek v večjih krajih dežurnega svetovalca na terenu za individualne napotke posameznikom (npr. vsak ponedeljek ob 18. uri pri Tivolskem pastirčku). Ta bo na voljo vsem, ki so se že udeležili testiranj v hoji na 2 km ali trenirajo po Mavričnem programu hoje, da jim med procesom vsakodnevne vadbe svetuje, daje konkretne naloge za popestritev vadbe in jih spodbuja.

### MREŽA LOKACIJ ZA UGOTAVLJANJE TELESNE ZMOGLJIVOSTI ODRASLIH

V letu 1999 smo začeli ustvarjati mrežo lokacij za ugotavljanje telesne zmogljivosti prebivalstva v starosti od 20. do 65. leta, na osnovi »Preizkusa telesne zmogljivosti v hoji na 2 km«, ki ga je razvil UKK Institute s Finske.

Vzpostavili smo sodelovanje med športnimi in zdravstvenimi delavci na terenu, saj so za izvedbo testiranj potrebni oboji:

Ljubljana,  
Ljubljana-Polje,  
Celje,  
Koper in Izola,  
Slovenska Bistrica in Oplotnica,  
Sežana,  
Sevnica,  
Nova Gorica in Šempeter,  
Škale pri Velenju in Mozirje.

Jeseni 99 smo izvajali testiranja zdravstveni in športni delavci na osmih lokacijah, letos pa na dvanajstih. Po jesenskem terminu izobraževanja športnih delavcev bomo dodali še nove lokacije v drugih krajih Slovenije, kjer so se zdravstveni delavci za program že usposobili in ga ponekod tudi že izvajajo. CINDI Slovenije je zaključil izobraževanje zdravstvenih delavcev v regijah: Celjska, Pomurska, Novo-Goriška, Obalno-Kraška, Podravska in Gorenjska, ter v letu 2001 načrtuje usposabljanje še za Ljubljano z okolico in Posavje, Koroško ter Dolenjsko.

### OPREMA PROJEKTA

TV Telop, teletext, plakat, zloženska - test hoje, zloženska Mavrični program hoje, računalniški program.



### računalniški izpis TESTA HOJE NA 2 KM

Ime in priimek:

Starost: 36 let  
Višina: 174 cm  
Teža: 63,0 kg  
BMI: 21kg/m

### REZULTATI TESTA

Čas: 16 min 24 s  
Hitrost: 7,30 km/h  
Srčni utrip: 163 na minuto  
Fitnes indeks: 104  
Maksimalna aerobna moč: 36 ml/kg/min  
Potrošnja energije: 108 kcal/ 452 kJ

### OCENA TELESNE TEŽE

Vaš indeks telesne mase (BMI), izračunan iz vaše višine in telesne teže, je 21. To pomeni, da **je vaša teža sprejemljiva.**

### REZULTATI TESTA HOJE

Vaš fitnes indeks izračunan iz rezulttov testa je 104. V primerjavi z ženami vaših let **je vaša telesna zmogljivost povprečna.**

Testni rezultati kažejo, **da bi bilo za vas dobro, če bi povečali vašo fizično aktivnost.** Redna, učinkovita vadba vam pomaga poskrbeti za vaše zdravje in izboljšuje vašo kondicijo.

### PRIPOROČILA ZA VADBO

Pogostnost vadbe: vsakodnevno ali skoraj vsakodnevno  
Trajanje vadbe: skupaj vsaj pol ure na dan  
Ciljno območje pulza: 131 – 154 udarcev/minuto

Ta program vadbe vam bo omogočil dober začetek za boljšo kondicijo. Hitra hoja, ki povzroči rahlo znojenje in zadihanost, je prava intenzivnost za večino posameznikov. Druge fizične aktivnosti, ki so še primerne, so kolesarjenje, plavanje, veslanje, tek na smučeh in različne oblike aerobike s podobno močjo vadbe. Dela na dvorišču, vrtnarjenje in druga ročna dela prav tako pripomorejo k boljšemu zdravju in kondiciji, če jih opravljamo hitro. Če menite, da so ti načini vadbe prelahki in enostavni za vas, poskusite s počasnim joggingom.

Če že izvajate zmerno težjo ali težjo telesno vadbo, kot jo priporoča ta program, se posvetujte z vodjo testa.

Nadzorujte moč vaše vadbe z merjenjem srčnega utripa. Za natančno merjenje vam priporočamo merilec srčnega utripa Polar. Čez nekaj časa ponovno opravite test hoje, ki vam bo pokazal, koliko se je izboljšala vaša kondicija.

**UŽIVAJTE V VAŠI FIZIČNI AKTIVNOSTI!**

MARKO KOLENC, Zavod za šport Slovenije,  
**INFORMACIJSKO PARTNERSTVO NA PODROČJU  
ŠPORTNE REKREACIJE V SLOVENIJI**

### *Povzetek*

***Informatizacija na področju športa v Sloveniji je projekt, ki postavlja temelje za razvoj informacijskega partnerstva na področju športa v Sloveniji. Ustanovitelji projekta Olimpijski komite Slovenije – združenje športnih zvez, Zavod za šport Slovenije in Ministrstvo za šolstvo in šport so dne 10. 4. 2000 podpisali pogodbo o skupnem strokovnem sodelovanju in financiranju projekta. Slovenske športne organizacije ki izvajajo rekreativno dejavnost, lahko z informacijskim partnerstvom pridobijo novo kakovost, predvsem v racionalizaciji in učinkovitosti delovanja.***

### *Uvod*

Na ministrski konferenci o globalnih informacijskih omrežjih, ki je potekala od 6. do 8. julija 1997 v Bonnu, so ministri držav članic Evropske zveze, predstavniki držav Evropskega združenja za svobodno trgovino (EFTA), držav Srednje in Vzhodne Evrope ter Cipra, predstavniki Evropske komisije, visoki gostje iz Združenih držav Amerike, Kanade, Japonske in Rusije, predstavniki industrije, uporabnikov in evropskih ter mednarodnih organizacij med drugim ugotovili, da bosta razvoj in napredek globalnih informacijskih omrežij v marsičem vplivala na vse vidike naše družbe - od trgovine do zdravstvene oskrbe, od izobraževanja do preživetja prostega časa, od delovanja vlade do izražanja demokratičnih odnosov v družbi. Menijo, da je treba čimbolj energično in hitro izkoristiti priložnosti, ki jih nudijo globalna informacijska omrežja v smislu povečanja konkurenčnosti, ekonomske rasti in zaposlovanja. Skladno s tem opažajo, da internet že ustvarja pogoje za nastanek novih načinov poslovanja, ponudbe novih storitev z dodano vrednostjo in kar je najbolj pomembno, da odpira nova delovna mesta (Uporabna INFORMATIKA, 1997).

Uporaba informacijske tehnologije v športu sama po sebi zagotovo ne bo povzročila doseganja boljših vrhunskih športnih dosežkov in povečanja športno aktivnih. Vendar lahko z gotovostjo trdimo, da bodo strokovni delavci, managerji, administrativni delavci in tudi športniki s pomočjo informacijske tehnologije povečali konkurenčnost pred vse večjo profesionalizacijo športa v Evropi in v svetu, še posebej če primerjamo ekonomsko moč Slovenije z gospodarsko razvitejšimi državami, in tako posredno vplivali tudi na povečanje športno aktivnih.

Na podlagi priporočil in smernic, ki jih na področju informacijske družbe in informacijsko-komunikacijske tehnologije opredeljujejo Modra knjiga, Bangemannovo poročilo, Bonska deklaracija, strategija Centra vlade za informatiko ter drugi standardi informacijske tehnologije so predstavniki **Olimpijskega komiteja Slovenije – združenja športnih zvez, Zavoda za šport Slovenije in Ministrstva za šolstvo in šport dne 10. 4. 2000** podpisali dogovor o sofinanciranju projekta **Informatizacija na področju športa v Sloveniji**. Podpisani dogovor je hkrati predstavljal tudi vzpostavitevni dokument, ki nosilcu projekta Zavodu za šport Slovenije med drugim nalaga tudi pripravo strateškega načrta informatizacije na področju športa v Sloveniji.

Predstavniki vseh treh partnerjev so se tudi dogovorili, da bo informatizacija na področju športa v Sloveniji poleg smernic s področja informacijske družbe in informacijsko-komunikacijske tehnologije potekala tudi skladno z Zakonom o športu, Nacionalnim programom športa, z Zakonom o elektronskem poslovanju ter letnim



delovnim načrtom Zavoda za šport Slovenije. Osnova projekta informatizacije na področju športa v Sloveniji, ki ga financirata javni sektor in civilna športna sfera, je omrežje s pripadajočimi računalniškimi rešitvami, ki bodo vsakomur in ob vsakem času omogočili dostop do poljubnih informacij s področja športa.

Dva meseca po podpisu dogovora o sofinanciranju projekta je 12.6.2000 nadzorni odbor projekta, ki ga sestavljajo predstavniki vseh treh partnerjev, sprejel dokument »Strateški načrt na področju športa v Sloveniji«. V dokumentu je predstavljen namen projekta, model organizacijskega sistema športa, obstoječe stanje informacijske tehnologije v športnih organizacijah, opredeljeno je željeno stanje, seznam aplikativnih projektov, uporabljena informacijska tehnologija ter način sofinanciranja za spodbujanje informatizacije.

Obstoječe stanje informacijske tehnologije v nacionalnih športnih zvezah ni takšno, kot bi si ga v informacijski družbi želeli. Z gotovostjo lahko trdimo, da nacionalne športne zveze pri ravnanju tekmovalnih sistemov sploh ne uporabljajo sodobne informacijske tehnologije, z izjemo nekaterih velikih in finančno močnih zvez. Število nacionalnih zvez, ki ima računalnik, je 42 medtem ko 22 nacionalnih športnih zvez računalnika sploh nima, ravno toliko jih tudi ne uporablja elektronske pošte. Skupno število računalnikov v 42 nacionalnih športnih zvezah je 122 ali v povprečju približno 3 na zvezo (Zavod za šport Slovenije in Ministrstvo za šolstvo in šport, 2000). Številke ravno ne odražajo slabega stanja. Vendar zadostno število računalnikov samo po sebi še ne zagotavlja učinkovitega in uporabnega informacijskega sistema. Nekaj računalnikov in kakšna baza podatkov še ne predstavlja sodobnega, računalniško podprtega informacijskega sistema. Nekaj informacijsko bolj osveščenih nacionalnih športnih zvez razvija svoje informacijske sisteme, vendar brez enotnega standarda, ki bi veljal za vse športne organizacije. Takšno parcialno razvijanje informacijskih sistemov je kratkoročno in omejeno zgolj na eno samo športno organizacijo. Takoj ko bi športne organizacije želele z neenotnim in v domači delavnici razvitim informacijskim sistemom vzpostaviti medsebojni informacijski most, bi se znašle pred velikim problemom medsebojnega sporazumevanja.

Željeno stanje projekta v strateškem načrtu informatizacije na področju športa v Sloveniji opredeljuje ustanovitev športnega informacijskega centra (v nadaljevanju besedila ŠPiC), ki bo skrbel za razvoj informatike na področju športa v Sloveniji.

Naloge ŠPiC so naslednje:

- racionalizirati vzpostavitev in ažuriranje baz podatkov, potrebnih za izpeljavo nalog, opredeljenih v letnem programu športa in razvidov, opredeljenih z Zakonom o športu
- povečati delež vlaganja tako iz javnih financ kot financ civilne športne sfere v informacijsko tehnologijo glede na celotne prihodke v športu
- razvijati omrežno računalništvo in pospeševati elektronsko poslovanje
- razvijati uporabnikom prijazno programsko opremo
- organizirati izobraževanja in posvete na področju informatike v športu
- subvencionirati nakup in posodabljanje računalniške opreme
- promovirati informatiko na področju športa

Projekt informatizacije na področju športa bo s pospeševanjem elektronskega povezovanja korenito posegel tudi v sam razvoj športne družbe. Zato pričakujemo, kot posledico razvoja informatizacije na področju športa, dolgoročno tudi razvoj drugih segmentov športa, predvsem povečanje:

- števila aktivnih in pasivnih udeležencev v športu,
- števila zaposlenih v športu,
- prihodkov v športu,
- kakovosti poslovanja športnih organizacij in njihovih produktov in hitrejši razvoj doktrine športa.



Obseg aplikativnih projektov, ki jih opredeljuje strateški načrt, je zelo velik in bo za uresničitev le-teh zahteval sodelovanje vseh športnih organizacij. Aplikativne projekte lahko razdelimo v pet skupin. Prvo skupino predstavljajo evidence na področju športa (evidence članov, registracija športnikov, kategorizacija športnikov, pravice športnikov, licenciranje strokovnih kadrov, izobraževanje strokovnih kadrov, evidenca drugih kadrov, evidence športnih programov, razvidi po zakonu o športu), drugo skupino predstavlja podpora uresničevanju letnih programov športa (na državni ravni in lokalni ravni), tretjo skupino predstavlja podpora tekmovalnim sistemom (celovita podpora tekmovalnim sistemom, meritve in svetovanje športnikom), v četrti skupini so popdprojekti za podporo sistemu za obveščanje v in o športu v obliki športnega portala (športosplet, strokovni članki in literatura - športna založba, športno rekreativna vadba, športne prireditve, informacije za podporo odločanju, športna delovna borza), peta skupina je najvišja stopnja projekta informatizacije na področju športa v Sloveniji in sicer informatizacija vseh poslovnih procesov, ki jih za svoje delovanje uporabljajo športne organizacije.

Informatizacija vseh poslovnih procesov v športnih organizacijah je dolgoročni cilj projekta, ki bo uresničen, ko bo informacijska družba na področju športa v Sloveniji res informacijska. Poleg tega pa bo treba tudi spomeniti mišljenje v zvezi z ravnanjem oziroma managementom poslovnih procesov v športnih organizacijah. Uvajanje sodobne informacijske tehnologije v športne organizacije bo tako zahtevalo tudi reorganizacijo poslovnih procesov oziroma reinženiring.

Za uresničitev predstavljenih smernic strateškega načrta informatizacije na področju športa v Sloveniji bo pglavitnega pomena informacijsko partnerstvo, tako v horizontalni ravnini organiziranosti športa (med vladnimi in nevladnimi organizacijami na državni ravni in lokalni ravni), kot v vertikalni ravnini (od krovnih športnih organizacij v posamezni športni panogi do športnih društev in njihovih članov). Informacijsko partnerstvo brez strahu in nevoščljivosti, z največjo možno stopnjo medsebojnega zaupanja.

Informacijsko partnerstvo na področju športne rekreacije

S sodobno informacijsko tehnologijo organizacije lahko ne le izmenjujejo podatke elektronsko, ampak podatke v bazah podatkov souporabljajo. To pelje v takoimenovano informacijsko partnerstvo (Konsynski in McFarlan, 1990). Ne glede na lastnino podatkov lahko delujejo kot razširjena organizacija ali sistem več oranizacij (Gričar J., 1999).

Primer informacijskega partenstva na področju športa, ki ga bom opisal v nadaljevanju, je izmišljen in temelji na uveljavljenem informacijskem partnerstvu letalskih prevoznških podjetij v Združenih državah Amerike.

V nacionalno športno zvezo je vključenih 192 športnih društev, iz vsake občine po eno. Dejavnost športne zveze je takmovalna in športnorekreativna, ravno tako športnih društev. Športna društva so zvezo zadolžila, da z novimi trženjskimi akcijami poveča število članov v tekmovalnih in športnorekreativnih programih, na športnorekreativnih prireditvah ter poveča število gledalcev na tekmovanjih športnih društev. Poleg široke športne ponudbe, ki jo bo z novimi trženjskimi akcijami zveza še izboljšala, želi skupaj z društvi svojim članom omogočiti še dodatno ponudbo. Članom društev želi športna zveza omogočiti plačevanje športnih storitev s kreditno kartico, brezplačno nuditi en zdravstveni pregled letno pri osebni zdravniku ter počitnice s popustom pri turistični agenciji. Za zagotovitev zgoraj omenjenih ciljev bo morala zveza pripraviti enoten trženjski načrt za pridobivanje novih članov, vzpostaviti informacijski sistem ter s športnimi društvi, izdajateljem kreditnih kartic, Zavodom za zdravstveno zavarovanje in turistično agencijo vzpostaviti **informacijsko partnerstvo**.



Ker so športna društva pooblastila zvezo, da pripravi enoten trženjski načrt, lahko glede na majhnost trga z zagotovostjo upajo, da se bo takšen način trženja obrestoval s povečanjem števila članstva in aktivnih v programih športa. V obdobju treh let lahko športna zveza pričakuje največji delež članstva in športno aktivnih v državi. Športna zveza se je odločila za pospeševalno trženjsko akcijo. Stari in novi člani bodo mesečno v športnih programih, ki jih izvajajo športna društva, zbirali minute v športnih programih. Vsako minuto nad 550 minutami mesečno bodo člani lahko brezplačno vnovčili za programe v naslednjem mesecu in to v kateremkoli športnem društvu, ki je član omenjene zveze, ali pa bodo minute skozi leto seštevali in jih ob koncu sezone vnovčili za počitnice v turistični agenciji. Če bodo uporabniki športnih storitev nabrali več kot 4000 minut na leto, bodo upravičeni tudi do brezplačnega zdravniškega pregleda in zdravstvenega zavarovanja.

Od vzpostavitve informacijskega partnerstva med športnimi društvi, izdajateljem kreditnih kartic, Zavodom za zdravstveno zavarovanje in turistično agencijo bodo imeli koristi vse sodelujoče organizacije in kar je najpomembnejše, uporabniki športnih storitev. Uporabniki bodo lahko storitve plačevali s kreditno kartico, vse storitve bodo povezane v paket, vse bo mogoče urejati na enem mestu in vsako plačilo športnih storitev se bo stimuliralo z zbiranjem minut.

Iz izmišljenega primera, vendar realno uresničljivega, si vsi udeleženci v verigi vzajemno organizirajo posle. Koristi imajo zato vsi udeleženci.

Takšno partnerstvo organizacij zahteva izredno velike naložbe v skupne informacijske sisteme. Sistemi so dragi, zahtevni, zapleteni ter zahtevajo veliko časa za njihovo vzpostavitev. Pogosto je takšen informacijski sistem tako obsežen, da si ga ena sama organizacija ne more privoščiti. Koristi skupnega razvijanja takšnega sistema so večstranske. Udeleženci si razdelijo stroške razvoja in vzdrževanja sistema ter stroške izobraževanja, ki so pri tovrstnih sistemih zelo veliki. Pri vsem tem ne gre samo za priučevanje uporabi osebnega računalnika na delovnem mestu. Gre tudi za prilagajanje poslovnemu procesu, ki se zaradi uporabe informacijske tehnologije povsem spremeni (Gričar J., 1999).

Olike informacijskega partnerstva na področju športne rekreacije

Oblike informacijskega partnerstva lahko razdelimo na partnerstvo skupnega trženja, panožno partnerstvo, partnerstvo med kupcem in dobaviteljem in partnerstvo z dobaviteljem informacijske tehnologije (Gričar J., 1999). V nadaljevanju bodo oblike informacijskega partnerstva predstavljene na izmišljenih, vendar realnih primerih, ki jih slovenske športne organizacije lahko v prihodnje tudi uresničijo.

*Partnerstvo skupnega trženja* s pomočjo informacijske tehnologije omogoča, da lahko dve sicer konkurenčni športni organizaciji prodajata del svojih storitev prek skupnega informacijskega sistema, del pa vsaka sama. Primer takšnega trženja je, ko več športnih društev, prodajajo športnorekreativne programe na področju Ljubljane prek informacijskega sistema (interneta), ki ga je razvil Zavod za šport Slovenije.

*Panožno partnerstvo* lahko opredelimo s partnerstvom nacionalnih športnih zvez v informacijskem sistemu, ki se povezujejo med seboj ne glede na to, da so konkurenti, zaradi povečanja števila aktivnih in pasivnih udeležencev v programih, ki jih zveze izvajajo. Kajti več aktivnih in pasivnih udeležencev pomeni za nacionalne športne zveze tudi več finančnih sredstev.

*Partnerstva med kupcem in dobaviteljem* omogočajo športni organizaciji elektronsko povezavo med svojimi kupci storitev. Tako lahko izvajalec izmenjuje s kupci poslovna sporočila, kupci pa lahko s kreditnimi karticami plačujejo storitve.



*Partnerstvo z dobaviteljem informacijske tehnologije* je še posebno na področju športa v Sloveniji posebnega pomena. Športne organizacije nimajo zadosti niti finančnih sredstev niti kadrov, da bi lahko vzpostavile svoj informacijski sistem. Zato bo Zavod za šport Slovenije kot nosilec projekta informatizacije na področju športa v Sloveniji omogočal športnim organizacijam dostop do interneta, razvoj uporabniških aplikacij, usklajenih s standardom, ki ga bo Zavod razvil skupaj z uporabniki informacijskega sistema, ustrezno varnost prenosa podatkov v svetovnem spletu, varovanje medsebojnih pravic udeležencev v informacijskem sistemu ter ustrezno hitrost razvoja informatike v športnih organizacijah, ki so vključene v informacijski sistem.

### **Vasrstvo osebnih podatkov in informacijsko partnerstvo**

Z razvojem in vse večjo uporabo informacijske tehnologije v vsakdanjem življenju, se je začel uporabljati izraz informacijske pravice, ki posegajo v pravice posameznika. Pri tem ne gre le za pravico do informacijske zasebnosti oziroma varstvo osebnih podatkov, temveč tudi za druge pravice, kot so na primer avtorske pravice, pravice do varstva uporabnikov informacijskih storitev in druge (Čebulj, J., 2000).

Zakonodaja iz področja varstva osebnih podatkov ne dela razlik med ročno in avtomatsko (s pomočjo informacijske tehnologije) obdelavo osebnih podatkov.

Informacijski sistem na področju športa v Sloveniji, ki ga razvija Zavod za šport Slovenije, bo podprt s sodobno informacijsko tehnologijo in bo upošteval sprejeto zakonodajo iz področja varstva osebnih podatkov. Zato bo treba jasno opredeliti pravico do informacijske zasebnosti posameznikov, ki bodo vključeni v informacijski sistem.

Zakon o varstvu osebnih podatkov v drugi alineji 5. člena opredeljuje, da se določbe zakona ne uporabljajo za osebne podatke, ki jih zbirajo stranke, društva ali druge podobne organizacije o svojih članih, če se ti strinjajo. Športniki se morajo ob včlanitvi strinjati z obdelavo (ziranje, shranjevanje, združevanje, spreminjanje, uporabo ali sporočanje, prenos, iskanje, blokiranje, izbris) osebnih podatkov, ki jo izvajajo upravljavci – športna društva oziroma športne zveze. Upravljavec zbirke osebnih podatkov lahko z opredeljenimi pooblastili, opravila v zvezi z obdelavo osebnih podatkov poveri drugi pravni osebi.

V primeru informacijskega sistema na področju športa v Sloveniji lahko športna zveza ali društvo poveri obdelavo osebnih podatkov športnikov Zavodu za šport Slovenije, ki posebej za ta namen razvija sistem, ki temelji na sodobni informacijski tehnologiji in načelih Zakona o varstvu osebnih podatkov ter Direktivi št. 95/46/EC evropskega parlamenta o varstvu posameznikov glede obdelave osebnih podatkov in o njihovem prostem prenosu. Zavod za šport Slovenije, bo deloval kot servis, ki bo omogočal najboljše pogoje za obdelavo osebnih podatkov športnikov in storitve nudil športnim organizacijam – upravljavcem osebnih podatkov. Celoten sistem ŠPiC bo varovala varnostna pregrada (firewall). Dostop do podatkov bo mogoč samo pooblaščenim z gesli. Sistem bo omogočal kontrolo in evidentiranje dostopa do baz podatkov, preverjal bo identiteto uporabnikov in upravičenost dostopa.

Zaključim lahko, da predstavlja pravočasna vključitev športne organizacije v verigo elektronsko povezanih športnih organizacij pomembno strateško odločitev. Informacijsko partnerstvo bo mogoče zagotoviti samo z medsebojnim sodelovanjem in razumevanjem športnih organizacij, ki bodo aktivno sodelovale pri pripravi standardov o elektronskem poslovanju na področju športa in pri razvoju aplikacij, zagotovile predstavnika in koordinatorja za sodelovanje v projektu informatizacije na področju športa, letno usposablale kadre za delo z informacijsko tehnologijo, vzdrževale informacijsko tehnologijo, skupaj z nosilcem projekta (Zavodom za šport Slovenije) določile oblike informacijskega partnerstva ter zagotavljale stalne naložbe v informacijsko tehnologijo.



### Literatura

1. Čebulj, J. (2000). Prilaganje normativne ureditve varstva osebnih podatkov zahtevam Evropske skupnosti. Seminar – varovanje in zaščita zaupnih podatkov. Univerza v Ljubljani: Visoka upravna šola.
2. Gričar, J. (1999). Vplivi uporabe informacijske tehnologije na reorganiziranje procesov. Univerza v Mariboru: Fakulteta za organizacijske vede.
3. Hamer, M., Champy, J. (1993). Reengineering the corporation – a manifesto for business revolution. New York: HarperBusiness.
4. Kolenc, M. (2000). Strateški načrt informatizacije na področju športa v Sloveniji. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.
5. Kinsky, R., McFarlan, F., Warren (1990). Information partnership – shared data, shared scale. Harvard Business Review, september-oktober; 114-120.
6. Uporabna informatika (1997). Ministrska deklaracija. Št.3, letnik 5.

### SAMO VOJNOVIČ, Sokolska zveza Slovenije »S ŠPORTOM JE ŽIVLJENJE LEPŠE«

#### S ŠPORTOM JE ŽIVLJENJE LEPŠE

Življenje je lepo, še lepše pa je, če ga popestrimo s športom. V razviti družbi, kamor se uvrščamo tudi Slovenci, je rekreativni šport ena najcenejših oblik preventivnega zdravljenja in vodi k boljšemu počutju na vseh ravneh življenja; telesni, duševni in duhovni.

Vabimo vas, ponudnike športne rekreacije, da skupaj z nami poskusite doseči cilj, ki smo si ga začrtali. To je: čim večje število ljudi, ki se udeležujejo vaših vadbenih programov in se z vašo pomočjo redno ukvarjajo s športom.

Po lanskem velikem uspehu akcije, v kateri je sodelovalo preko 33.000 ljudi, smo za vas tudi letos pripravili zanimive možnosti sodelovanja in promocije vaše dejavnosti. V okviru projekta Sokolske zveze Slovenije »S ŠPORTOM JE ŽIVLJENJE LEPŠE«, ki je tudi letos del akcije Ministrstva za šolstvo in šport »ŽIVIMO ZDRAVO ZA ZABAVO«, se bo za vsakogar našlo kaj zanimivega.

#### Z VADBO DO NAGRADE

Vemo, da je za redno ukvarjanje z rekreativnim športom najpomembnejša notranja motivacija človeka. Vendar se hkrati zavedamo, da je v mnogih primerih za pridobitev novih rekreativcev prav zunanja motivacija trenutek odločitve.

V ta namen smo izdelali vadbene knjižice, ki jih bomo razdelili med udeležence vadbenih programov. V evidenčnem kartončku jim boste sproti potrjevali udeležbo na vadbi in jih tako še dodatno motivirali. Vsakdo, ki izpolni kartonček s predpisanim številom vadbenih enot, si pridobi pravico do sodelovanja v zaključnem nagradnem žrebanju. Izkoristite nagradno igro in v svoji komunikaciji s člani ali strankami, v reklamnih sporočilih.... povejte javnosti, da jim poleg kvalitetnih vadbenih programov nudite tudi možnost zadetka lepe nagrade. Tudi letos je **glavna nagrada Renault Twingo, skupno pa bomo podelili 250 nagrad. Z nekaj sreče bodo vaši člani poleg koristi, ki jih prinaša šport, dobili tudi praktično nagrado.**

Seveda pa boste za sodelovanje v akciji tudi nagrajeni – vsak ponudnik športne rekreacije, ki bo svojim članom omogočal sodelovanje v nagradni igri, bo prejel brezplačne **plakate**, ki bodo ljudi opozarjali na potekajočo akcijo in **bidone** z znakom akcije, ki jih boste lahko kot darila razdelili med vaše člane oziroma stranke.

Izpolnite prijavnico in poslali vam bomo željeno količino vadbenih knjižic (srečk), s katerimi lahko dodatno motivirate in navdušite vaše člane oziroma stranke. Poleg tega se tako vpišete tudi na seznam povabljenecv na **zaključno prireditev** projekta, ki bo 08.12.2000 v Festivalni dvorani v Ljubljani...

#### NOVI VADBENI PROGRAMI

Glavni cilj projekta je povečanje števila redno športno aktivnega prebivalstva in pa povečanje vadbenih programov. Pri Sokolski zvezi smo se ozrli po strukturi športno aktivnega prebivalstva in ugotovili, da obstajajo veliki deli populacije, ki športno niso dovolj aktivni. Tako smo projekt namenili predvsem ljudem, ki se zaradi osebnih lastnosti težje vključijo v organizirane vadbene programe, pa naj bo to zaradi pomanjkanja oziroma premajhne kakovosti primernih programov, zaradi neobveščenosti ali zaradi finančnih nezmožnosti.

Vabimo vas, da v okviru svojih dejavnosti uvedete vadbene programe za naslednje skupine ljudi:

- predšolski otroci
- starši z otroki
- starostniki
- nosečnice v pred- in po- porodnem obdobju
- ljudje s prekomerno telesno težo



V okviru projekta bomo po vsej Sloveniji organizirali takoimenovane »demo« centre, v katerih se bodo odvijale različne oblike vadb namenjene naštetim skupinam ljudi. V njih vam bodo na voljo brezplačne praktične in teoretične informacije, ki jih boste lahko uporabili pri svojem delu.

Vabimo vas, da tudi vaše društvo oziroma športni center postane »demo« center, promotor tovrstne vadbe v svojem okolju. Pripravili smo tudi finančno stimulacijo v vrednosti 48.000,00 SIT bruto za prve tri mesece delovanja posameznega vadbenega programa. Vsi, ki menite, da bi lahko to vsoto porabili koristno in v skladu z razpisanimi zahtevami, nas lahko vsak delavnik do 20.09.2000 med 9:00 in 13:00 pokličite na telefon 01 300 37 68.

Z vašo pomočjo bomo tako uresničili oba glavna cilja projekta, saj bomo v praksi vpeljali nove vadbene programe v katerih bodo sodelovali ljudje, ki prej niso bili športno aktivni.

### **HRAST (oHRAAnimo STabilnost)**

#### **brezplačna športna dejavnost za socialno ogroženo populacijo**

Ob vsem naštevanju koristnosti športne aktivnosti za človeka, njegovo telesno, duševno in duhovno stanje, ne pozabimo, da so med nami tudi ljudje, ki se zaradi ekonomskih razlogov ne morejo udeležiti organizirane vadbe. Če jim ne damo možnosti rednega ukvarjanja s športom jih pustimo v začaranem krogu, kjer se potapljajo vedno globlje v socialne probleme.

Temelj človekovih aktivnosti je njegovo telo in na slabih temeljih je tvegano graditi. S športom bodo izboljšali ali ohranjali telesne sposobnosti, se izognili dragim zdravniškim storitvam in bodo sposobni poskrbeti za zaslužek.

Sokolska zveza Slovenije misli tudi na **brezposelne** in **otroke** iz družin z nizkimi dohodki, **upokojene** z nizkimi dohodki... V ta namen bomo vam, ponudnikom akcije HRAST, finančno omogočili, da v svojo paletu programov uvedete brezplačno vadbo.

**Tudi njim lahko polepšamo življenje.** Zato vabimo vse, ki bi želeli pomagati sočloveku in imate za to tudi možnost, da nas pokličete in nam dovolite, da vam program HRAST podrobneje predstavimo. Predvsem pozivamo vse, ki svojih zmogljivosti nimate popolnoma zasedenih in bi lahko našli prostor za eno do dve skupini tedensko, ki bi vadili pod ugodnejšimi finančnimi pogoji – za vadeče je vadba brezplačna, vaditelja in prostor plačamo iz projekta HRAST.

### **ŠPORTNA TRANSVERZALA**

Športna transversala je akcija namenjena ljudem, ki se ne vključujejo v organizirane oblike vadbe oz. uživajo v individualni kreativnosti, kjer si sami izbirajo športne zvrsti in pogostost vadbe. S Športno transversalo jim omogočimo vključitev v sistem vadbe, jih dodatno motiviramo ter jih na osnovi vrnjenih vadbenih kartončkov ustrezno evidentiramo in nagradimo.

### **REVIJA SOKOL**

SOKOL je revija za šport in prosti čas, ki jo izdaja SOKOLSKA ZVEZA SLOVENIJE. V njej je veliko informacij o različnih in aktualnih športnih panogah, vsebino pa imamo namen še razširiti. V kolikor revije še ne poznate, obkljukajte okence na prijavnici in poslali vam bomo brezplačni ogledni izvod. Seveda pa se lahko na revijo tudi naročite – letna naročnina 4.300,00 SIT vključuje 20 % popust in športno kartico SOKOLKO..

### **ŠPORTNA KARTICA SOKOLKA**

je popustniško zavarovalna kartica, ki imetniku omogoča uveljavljanje popustov in ugodnosti. SOKOLKO ima trenutno preko 6.300 ljudi, kar jo uvršča na prvo mesto med športnimi karticami v Sloveniji. SOKOLKO lahko ponudite svojim članom ali pa jo uporabite kot člansko izkaznico svojega društva. Na zadnjo stran natishemo podatke o vašem društvu, v primeru večje količine pa oblikujemo celotno kartico v stilu celostne podobe vašega društva. Z veseljem vam bomo posredovali več informacij, zato obkljukajte ustrezno mesto na prijavnici.



LUKA KLASINC

### **PRVA STROKOVNA ŠOLA ROLANJA & DRSANJA**

Ustanovitelj LUKA KLASINC, udeleženec olimpijskih iger v umetnostnem drsanju, Albertville 92'.

Po dolgotrajnem (18 let) udejstvovanju in redni vadbi, vrhunskega športa, je želja večine športnikov posredovati svoje znanje drugim.

Od trenutka, ko sem zaključil svojo športno kariero, sem ves čas namenil izobraževanju. Kot učitelj razrednega pouka sem poučeval pet let in dobro spoznal želje in način, kako otrokom posredovati različne športne vsebine. Vzporedno s svojo redno zaposlitvijo pa sem vseskozi sodeloval tudi z VVZ, ter jih poučeval in vodil na ledenih ploskvah. Redno sem se udeleževal različnih taborov, šol v naravi, kot razrednik ali plavalni in smučarski učitelj ali organizacijski vodja. Delo z ljudmi me posebej veseli, zato sem zadnji dve leti posvetil ravno posredovanju svojega znanja ostalim ljubiteljem športa, ter rekreacije in zabave željnim ljudem.

#### **TRENERJI**

V naši ekipi trenerjev so zbrani enakomisleči in sposobni, bivši ali še aktivni športniki mojega žanra. Skupaj smo sestavili skupino, ki z največjim veseljem posreduje znanje ROLANJA IN DRSANJA. Udeleženci naše strokovne šole so otroci od tretjega leta starosti, pa vse do pozno zrelostne skupine ljudi. Lahko se pohvalimo z nekaj tisoč zadovoljnimi, športa željnimi, ki se redno vračajo v naše nadaljevalne programe.

Moto naše skupine ni le posredovanje kakovostne športne storitve in pedagoško podkovanega vodenja teh šol, marveč tudi kvaliteta druženja na 100 in 1 način, z ogromnim poudarkom na varnosti in kulturi tega športa.

Vsi učitelji smo strokovno usposobljeni z nazivom učitelja rolanja izdanega na Fakulteti za šport, z nekajletno redno udeležbo v umetnostnem drsanju in kotalkanju in kar je še pomembneje, izkušeni pedagoški delavci bodisi na osnovnih, srednjih šolah ali v vrtcih, oziramo profesionalni trenerji obstoječih klubov po celi Sloveniji.

#### **PROGRAMI**

**10 urna strokovna šola rolanja in drsanja, za otroke in odrasle**

**organizacija športnih dni v šolah**

**vključevanje na tabor, v šole v naravi**

**usposabljanja za učitelje rolanja**

**organizacija športnega dne za podjetja**

**organizacija športno - izobraževalnih počitnic za otroke**

**zabave ob rojstnem dnevu**

**vodena rekreacija rolanja**

**zabavno - športne prireditve**

#### **1.) 10-URNA STROKOVNA ŠOLA ROLANJA**

Šola rolanja, ki poteka 5 dni po dve šolski uri. Primerna za otroke od 3. leta starosti in odrasle. Šola vključuje homogene skupine glede na predznanje, starost in želje. Več učiteljev rolanja popelje kandidate skozi osnovni program, ki zadovoljuje tako začetnike kot tudi bolj izkušene, divjanja in zabave željne športnike. Zaključek šole rolanja z individualnimi in skupinskimi tekmovanji, glasbo. Vsak udeleženec prejme tudi diplomo.

#### **2.) ŠPORTNI DAN**

Znotraj organizacije jesenskih in spomladanskih športnih dni lahko od letošnjega leta ponudimo tudi rolanje. Prevzamemo celotno skupino zainteresiranih otrok, lahko tudi s prevozom na za to namenjene površine. Otrokom nudimo vodeno rekreacijo, nekaj osnovnih znanj in trikov, ter različna tekmovanja. Z glasbo in drugimi pripomočki (različne športne igre na rolerjih) jim bomo priredili nepozaben dan.



### 3.) TABORI, ŠOLE V NARAVI

Nudimo kvalitetne programe vključevanja šole rolanja tudi na različnih taborih. Po predhodnem dogovoru se priključimo skupini(2,3 dni) in prevzamemo otroke del dneva s športno rolarskimi vsebinami(šola rolanja, športne igre na rolerjih, tekmovanja, priredimo zaključek z možnostjo podelitve tudi ostalih priznanj, ki so jih otroci pridobili.- show).

### 4.) ŠOLA ZA UČITELJE ROLANJA

Nudimo izobraževanje za učitelje rolanja. V naši strokovni šoli usposobimo vzgojiteljice, učitelje, športnike, da osvojijo vsa potrebna znanja in osnove tega športa. Drugi del izobraževanja pa je namenjen učenju posredovanja tega znanja drugim z vsemi učinkovitimi pedagoškimi metodami ter konkretnimi predlogi vaj, iger ter njihovim namenom. Predstavitev korikuluma za učenje rolanja.

### 5.) ORGANIZACIJA ŠPORTNEGA DNE ZA PODJETJA

Želite svojim zaposlenim organizirati nepozaben dan(uspešen zaključek leta, prvi spomladanski dan, bližajoče se poletje.) . Pustite se presenetiti. Naša ekipa Vam organizira športno - rekreativni dan zabave, smeha in družabnosti kjerkoli. Na kraj dogodka vam organiziramo prevoz, preskrbimo ustrezen prostor, organiziramo hitro "šolo" rolanja z vsemi zabavnimi vložki, triki, tekmovanji, glasbo. Za rolerje in opremo poskrbimo mi. Vključimo tudi druge družabne igre, športe.

### 6.) ORGANIZACIJA ŠPORTNO - IZOBRAŽEVALNIH POČITNIC ZA OTROKE

V času počitnic organiziramo športno izobraževalne počitnice za otroke. Skupine so razdeljene glede na starost in interese. Poleg vsakodnevnega rolanja otroci še rišejo, pišejo, likovno ustvarjajo in se družijo. Spremljevalna ekipa je sestavljena iz učiteljev rolanja ter vzgojiteljic in učiteljic, ki skrbijo strokovno pedagoško socialne odnose med vrstniki.

### 7.) VODENA REKREACIJA ROLANJA

Rolanje je izredno aerobna aktivnost, ki nam razgiba celo telo. Je priporočljiva aktivnost za ohranjanje osnovne telesne kondicije. Organiziramo torej tudi aktivnost 1x ali 2x tedensko za tiste, ki so osnove že osvojili in bi želeli rolerje uporabiti kot športni pripomoček za doseganje večje moči, koordinacije. Ti programi imajo poudarek na izpopolnjevanju, osvajanju višjega nivoja, družabnosti in večanju splošne telesne kondicije.

### 8.) ZABAVE OB ROJSTNEM DNEVU.

Organiziramo športno popoldne za zaključene skupine ob različnih priložnostih (rojstni dan..). Poskrbimo za animacije, glasbo, presenečenja, varnost.

ZAKAJ

Preprosti in pestri začetki

Zelo razgibana, zanimiva in vsestranska aktivnost

Šport, ki omogoča in združuje individualnost in družabnost

Je odlična kondicijska priprava za druge športe

Je nadvse zabavno

Nudi zadovoljstvo vsem starostnim skupinam ter skupinam z različnim nivojem predznanja in zmogljivosti.

**Lucky Luka d.o.o.**, Rimska 16, Ljubljana, tel.: 01 4257685, fax: 01 2524633,  
GSM 041 634619  
**www.Luckyluka.si**, e-mail: Luckyluka@hotmail.si



### METOD TREBIČNIK, Športno društvo Gaberje, Celje "ŠD GABERJE-SPLET TRADICIJE IN SODOBNOSTI"

Športno društvo Gaberje je eno redkih športnih društev v Sloveniji, ki nima samo bogato zalednje v **tradiciji svojega uspešnega delovanja** ampak tudi v **tradiciji uspešnega prilagajanja vsem družbenim spremembam ter dokaj hitremu razvoju tudi na področju športa in rekreacije**. Da je temu res tako je brez dvoma dokaz v tem, da je društvo tudi danes, po več kot **90 letnem delovanju**, z dokaj moderno ter dnevno aktualno programsko orientacijo, v samem vrhu sodobno orientiranih društev za športno rekreacijo v Sloveniji.

Osnove in temelji takšni tradiciji so bili postavljeni že davnega leta 1890, ko v Celju beležimo prve začetke organizirane športne dejavnosti v takratnem Sokolu (Celje letos slavi 110-letnico organizirane športne dejavnosti) ter v izgradnji Sokolskega doma v Gaberju leta 1906. Takratni športni entuziasti pravzaprav niso mogli vedeti, da bo Sokolski dom v Gaberju še **danes središče društvene športno-rekreativne dejavnosti v mestu ob Savinji** in da kljub častitljivosti dobro vzdrževanega objekta tedensko »obrača« v svojih nedrih preko 500 udeležencev vadbe v cca 30 različnih sodobnih programih redne vadbe.

Čeprav je telovadba v gaberskem Sokolu imela svoje specifičnosti v takratni orodni telovadbi je vendarle splošni program telovadbe imel zasnove tolikšne množičnosti, da je društvo, ravno skozi vidik množičnosti, uspelo previhariti številne družbene spremembe in se ohraniti le z skromnimi nihanji v programu in razvoju. Če odštejemo čas 2. svetovne vojne, ko je v Sokolskem domu gospodarila Ljotičeva drhal, je takoj po vojni dejavnost ponovno zaživela in preko Telovadnega društva Tone Kos ter Fiskulturnega društva Kladivar (ta je zajemal številne različne športne panoge od atletike do nogometa in tudi splošne vadbe) dobila 1952 leta podobo močne organizacije Partizan z vsebino, ki je pretežno temeljila na gimnastiki (kvaliteta) in splošni vadbi –rekreaciji kot programu množičnosti. Kvaliteta v društvu se je kasneje izkazala tudi v namiznem tenisu, odbojki in hokeju na travi. Iz društva v Gaberju so tako v svetovni športni prostor odšli številni športniki kot so Jože Brodnik, Mirko Kolnik (deseterbojci), Roman Lešek (atletika -skok s palico), Tine in bratje Šrot, Kusel Avgust (gimnastika) in drugi.

V 40-letnem obdobju društva pod imenom Partizan Gaberje se je postopoma oblikovala programska orientacija, ki je v celoti iz svoje vsebine izrinjala vrhunski (tekmovalni) šport in se označevala z motom splošne vadbe in rekreacije za vse starostne strukture prebivalstva. Po osamosvojitvi Slovenije in preimenovanju Zveze Partizan v **Športno unijo Slovenije** pa je tudi Partizan Gaberje zaščitil svoj znak in ime pod **ŠPORTNO DRUŠTVO GABERJE** in pri tem ohranil kontinuiteto množičnosti v »ŠPORTU ZA VSE«.

#### DANAŠNJA KONKRETNA PROGRAMSKA VSEBINA DELOVANJA DRUŠTVA:

1. REDNA VADBA V PRIBLIŽNO 30 RAZLIČNIH PROGRAMIH REDNE VADBE (najmanj enkrat tedensko) za vse starostne strukture od najmlajših do najstarejših
2. OBLIKOVANJE NOVIH TRENDOVSKIH PROGRAMOV VADBE (vse vrste aerobike, razni plesni programi, show-dance, plesne, gimnastične in druge športne delavnice, programirana zdravstvena rekreacija,...)
3. IZOBRAŽEVANJE KADROV (prvenstveno lastnih, sicer tudi navzven)
4. ORGANIZACIJA PRIREDITEV IN AKCIJ (propagandne in animatorske akcije)
5. LETOVANJA OTROK IN MLADINE
6. TRŽENJE PROGRAMOV IN OBJEKTOV
7. IZLETNIŠTVO, POHODNIŠTVO, PLANINSTVO



8. DRUŽABNO ŽIVLJENJE
9. SVETOVANJE – ŠPORTNI INŽENIRING
10. ŠIRITEV VSEBINE DELOVANJA V ŠIRŠI REGIJSKI PROSTOR in »TERENSKA« IZPELJAVA NEKATERIH VSESLOVENSKIH AKCIJ KOT SO: Veter v laseh – s športom proti drogi; Slovenija v gibanju, z gibanjem do zdravja; Živimo zdravo za zabavo, itd...

Čeprav se društvo dnevno srečuje s problemi, ki bi jim na kratko rekli **objekti-kadri-finance** (tudi ta sklop problemov predstavlja kontinuiteto in tradicijo – spreminja se samo njihov vrstni red), pa vendarle

### V ČEM POTEM VIDIMO SKRIVNOST USPEŠNEGA IN KVALITETNEGA DELOVANJA DRUŠTVA ?

Če zavestno odmislimo že omenjeno 90 –letno tradicijo in dokaj hitro prilagajanje društva vsem družbenim spremembam potem je skrivnost uspeha po našem mnenju še zlasti v naslednjih poudarkih:

A/ VSE NAJ SLUŽI ZDRAVJU je zagotovo moto, ki pri današnjem stresnem tempu življenja »vleče«, saj preko naših programov vadbe promoviramo le **zdrav življenjski slog** ter ohranjanje in krepitev telesnega in duševnega zdravja s **pomočjo gibanja**

B/ rekreacijo in številne programe ponujamo **vsem starostnim strukturam** in med njimi še zlasti **mladini** in **starostnikom**

C/ lasten večnamenski športni **objekt**

D/ lasten **strokovni kader** prvenstveno usposobljen in šolan preko društva

E/ razvijanje **družinskega** športa kot zaokrožene oblike vadbe več generacij

F/ »tekoče« spremljanje vseh novosti in dogajanj na področju športne rekreacije doma in v svetu (tudi **aktualnost** ponudbenih programov)

G/ **odprtost** organizacije (društva) in vpetost v potrebe/specifičnosti kraja ter mesta kot celote

**ALEŠ KRANJC- KUŠLAN, Športna unija Slovenije**  
**»VETER V LASEH, S ŠPORTOM PROTI DROGI«**

V Športni uniji Slovenije se zavedamo tesne povezanosti med športom in zdravjem. Naš **cilj je razvoj športa za vse**, še posebej za mlade. Med njimi jih vse več išče rešitev v drogah, mi pa smo prepričani, da je bolje izbrati šport. V njem lahko sproščajo svojo energijo, spoznavajo sebe in druge na pozitivne načine. Z boljšo telesno in psihično kondicijo je vsakdo lažje kos vsakodnevnim stresnim situacijam.

**»Veter v laseh, s športom proti drogi.«** Tako smo poimenovali družbeno akcijo, s katero mlade opozarjamo, vzpodbujamo in jim ponujamo drugačen pogled na življenje – aktiven, prijazen, vesel, sproščen, dinamičen, skratka - prevetren.

Na akciji se mladi pomerili v košarki, odbojki in rolanju, ter v likovnem izražanju. Prireditve spremlja zabavni program, v katerem sodelujejo tudi znane Slovenke in Slovenci, dogajanja pa spremljajo tudi nastopi glasbenih skupin. Akcijo vsako leto zaokrožila zaključna prireditev.

Akcijo smo začeli z upanjem, da bo prerasla v tradicionalno gibanje, saj je cilj in poslanstvo akcije dolgoročno. Odmevnost akcije pri nas, kot tudi njena vključitev v EVROPSKO GIBANJE, nas je pri teh načrtih še opogumila

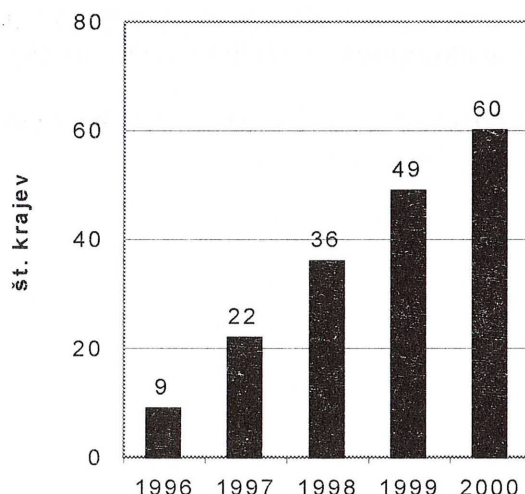
Ko smo leta 1996, zasnovali in izpeljali prvo akcijo Veter v laseh, s športom proti drogi. se je akcije udeležilo 9 občin po vsej Sloveniji. Čeprav je bil začetek skromen, je postavil prave temelje in strategijo akcije, tako da je akcija lahko živela naprej.

V naslednjih letih pa je akcija doživela pravi »bum«. Rasla je namreč iz leta v leto.

Leta 1997 se jo je udeležilo 22 krajev, leta 1998 36 krajev, lansko leto že 49 krajev, letošnjo akcijo pa so izvedli kar v rekordnih 60 krajih in mestih po vsej Sloveniji.

V štirih letih se je število krajev, ki sodelujejo povečalo kar za skoraj 700%, kar je neverjetna številka za razmere v Sloveniji in ki Veter v laseh postavlja v sam vrh akcij za mlade, ki jih prireja družbena sfera, torej niso del šolskega sistema.

Rast akcije Veter v laseh,  
s športom proti drogi



Vzporedno s številom krajev, ki sodelujejo v akciji Veter v laseh, pa se seveda povečuje tudi število mladih udeležencev. Tako se je letošnje akcije udeležilo kar 16.000 mladih po vsej Sloveniji, skoraj ravno toliko pa je bilo tudi gledalcev.

Akcija pa ni uspela samo med mladimi, ampak tudi širše, predvsem v strokovnih krogih v tujini. Tako je leta 1998 dobila 1. nagrado Evropske zveze športa in zdravja (CESS ), isto leto pa je bila povabljen tudi na predstavitev na 7. svetovni kongres Športa za vse v Barcelono.



### IZTOK RETAR, Športna agencija Polo, Koper »SPORTNA ULICA«

Projekt »Športna ulica« smo namenili ciljni skupini, ki se želi družiti in ukvarjati s športom v neposredni bližini svojega doma v urbanem ali delno mestnem okolju pa si iz različnih vzrokov ne odloči za to (še nima rekvizita, nima družbe, se jim ne zdi primerno ukvarjati s športom na javnih mestih in podobno...

Poslanstvo projekta je na eni strani obuditi in uveljaviti športne dejavnosti v mestnem okolju in oživiti dvorišča, trge in mestne ulice z zanimivimi in naravi prijaznimi športnimi dejavnostmi, ki ne zahtevajo posegov v prostor pa vendarle zadovoljujejo zahteve po priporočljivem pol urnem vsako dnevnem gibanju. Po drugi strani pa želimo z akcijo spodbuditi posameznike, da čim večkrat umestijo v svoj prosti čas ali pa na poti v šolo, službo in po opravkih, raznolike športne dejavnosti. S projektom želimo tudi opozoriti lokalne oblasti na športni rekreaciji neprijazno rabo javnih površin, trgov, cest saj so velikokrat povsem zasedene z mirujočim ali tekočim prometom ter različnimi ovirami.

Odločili smo se za promoviranje hoje, teka, rolanja, rokanja, kolesarjenja in vožnje s skirojem.

Da bi spodbudili navedene dejavnosti smo pripravili animacijski program. Izbrali bomo primerne mestne lokacije, obvestili s pomočjo medijev in direktne pošte vse stanovalce soseske, ki živijo v neposredni bližini prizorišča, da bomo ob sobotah dopoldne brezplačno izposojali rekvizite za navedene dejavnosti na omenjenih prizoriščih. Poleg tega bomo pripravili raznolika spretnostna tekmovanja in praktične nagrade, ki so jih prispevali pokrovitelji. Tekmovalce bomo razdelili po starosti do 10 let, od 11 do 15, od 16 do 19, od 20 do 29, 30 do 39 let od 40 do 49 in od 50 let naprej. Seznanjali in tekmovali bodo lahko v:

- hoji na 2 km s preizkusom telesne zmogljivosti
- teku na 3 km
- rolanju na 3 km (samo s svojimi rolerji)
- spretnostnemu rolanju (slalom poligon)
- spretnostni vožnji s skirojem (slalom poligon)
- kolesarjenju na 10 km (samo s svojim kolesom)
- spretnostni vožnji s kolesi (slalom poligon)

Tekmovali bodo lahko tudi na svojih rekvizitih oziroma na izposojenih kjer bo mogoče.. Vsi tekmovalci, ki se bodo udeležili tekmovanja bodo dobili priponko z znakom akcije, praktično nagrado in vrednostni bon pokroviteljev za nakup športnih rekvizitov ali oblačil. Vsi, ki ne bodo želeli tekmovali pa si bodo lahko sposojali rekvizite, se s pomočjo vaditeljev seznanjali z začetnimi spretnostmi ali pa si samo ogledovali dogajanje in se seznanjali.

Pričakujemo, da bo tovrstna promocija športnih aktivnosti na ulici zapustila tudi trajnejšo sled, saj bodo mnogi kupili športne rekvizite in se ukvarjali redno z omenjenimi športnimi dejavnostmi v bližini svojega doma, kar ima nedvomno veliko prednosti:

hiter in lahek dostop,  
druženje z bližnjimi in oddaljenimi sosedi,  
razen nakupa rekvizita povsem brezplačna dejavnost,  
varno in zdravju prijazno preživljanje prostega časa,  
oživljanje mestnega jedra in rekreacijskih con...

Ker je projekt primeren in uporaben za vsako urbano ali pol urbano okolje vas vabimo, da se nam pridružite in s sodelovanjem z nami popestrite ponudbo športno-rekreativnih programov mladostnikov v vašem kraju.

Podrobnosti: Športna agencija Polo (041 676 291)



### MARJAN TOMAZIN JAMES, ŠD TEN-SPORT PREDSTAVITEV ŠD TEN-SPORT

#### Opis delovanja ŠD TEN-SPORT

- ŠD TEN-SPORT je bil ustanovljen junija 1995. Od nastanka do danes (oktober 2000) je imel 13.000 tečajnikov v plavanju, smučanju, snovboardanju, tenisu in šahu. Organiziramo in izvajamo šole v naravi (smučanje in plavanje) na vseh šolah v občini in še po nekaj slovenskih mestih (sedaj že 30 šol). Sodelujemo s SK Branik – vsako leto na Zlati lisici sodi 15-20 naših članov. Organiziramo smučarske tekme za sindikate in tudi občinske tekme v veleslalomu (občinske tekme skupaj s SSK Šmartno). V občini Slovenska Bistrica organiziramo in izvajamo plavalne in smučarske tečaje za otroke vrtca - okoli 150-200 vsako leto v smučanju in isto število v plavanju. Organiziramo izvedbo plavalnih tečajev za višjo stopnjo osnovne šole. Od septembra 1999 obiskuje vadbo aerobike 90 občank Slovenske Bistrice. Organiziramo športne prireditve vseh vrst (športne igre na bistriškem tednu, smučarski sejmi, ...)
- Sodelujemo v projektih »Veter v laseh, s športom proti drogi«, »Slovenija v gibanju«, »Voda za vse«, sodelovali smo v delovni skupini za kolesarske poti v okviru Phare CBC programa
- V društvu je trenutno 70 članov za izvajanje vseh teh programov (poučevanje plavanja, smučanja, boardanja, tenisa, aerobike, vodne aerobike, šaha, vadbe starostnikov)

#### V ZIMSKI SEZONI 2000 / 2001 PRIREJAMO

• Tečaje smučanja in snowboardanja za otroke, mladino in odrasle.  
Poučevali bodo samo člani društva s potrjeno licenco za učenje v tej sezoni

- Smučarski sejem 18.11. in 19.11.2000 v športni dvorani v Slovenski Bistrici
- Smučarske tekme za delovne organizacije in organizirane skupine

Šole v naravi smučanja in plavanja – celotna organizacija ali samo najem učitelja smučanja in boardanja ali plavanja. Odvisno od dogovora tudi spremljevalec in animator. Cilj servis osnovnim šolam za učitelje smučanja in plavanja!

Trenutno smo sodelovali in sodelujemo z osnovnimi šolami : Slovenska Bistrica, Zgornja Polskava, Spodnja Polskava, Pragersko, Šmartno, Laporje, Tinje, Poljčane, Makole, Oplotnica, Cirkovce, Šmarje pri Jelšah, Slovenske Konjice (z dvema šolama), Loče, Celje (III.OŠ), Rogaška Slatina (z dvema šolama), Domžale (Vencelj Perk), Radenska, Dobova, Muta, Cerknica, Maribor (3 šole).

INFORMACIJE: 041/748-369





GREGOR PUST, TRS d.o.o. Ljubljana

## »PROGRAM G-REGA«ŠPORTNI PROGRAMI ZA PREDŠOLSKE OTROKE IN SENIORJE

### Program G-REGA ali KDO SMO:

Šport. Rekreativna. Zabava. Sprostitev.

Pri nas bi radi poskrbeli za vse tiste PREDŠOLSKE OTROKE, ODRASLE in SENIORJE, ki radi storijo nekaj zase, se zabavajo, sprostijo in radi česa novega naučijo. Ekipo programa G-REGA sestavljajo strokovni sodelavci z različnih področij, ki se s svojo pozitivno energijo trudijo, da v otrokov vsakdan in v dan odraslih ter starejših prinesejo kanček športnega utripa.

### PREDSTAVITEV PROGRAMA G-REGA ali S ČIM SE UKVARJAMO:

1. S PLAVALNI PROGRAMI
2. S PROGRAMI VODNE AEROBIKE
3. S PROGRAMI VODNE REKREACIJE IN VODNE GIMNASTIKE
4. S SMUČARSKI PROGRAMI
5. S PROGRAMOM »ZLATI SONČEK«
6. Z ORGANIZACIJO AKTIVNIH POČITNIC IN SIVESTROVANJA
7. S PROGRAMI ROLANJA
8. Z ANIMACIJSKIMI PROGRAMI ZA VRTCE IN OSNOVNE ŠOLE

### VSEBINE IN CILJI NAŠIH PROGRAMOV ali KAJ PONUJAMO IN K ČEMU STREMIMO:

#### ➤ Začetni program plavanja za predšolske otroke

Otroke neplavalce in polplavalce spoznamo z nekaterimi zakonitostmi vode in plavalnimi tehnikami. Naše metode temeljijo na igri in dobrem počutju v in ob vodi.

Prednost našega programa je predvsem v majhnih skupinah (do 9 otrok) in velikem številu učiteljev (3 učitelji plavanja in 1 vzgojitelj / skupino). Učitelji in vzgojitelji v program redno vključujejo tudi nekatere elemente ostalih športov, elementarne igre, poligone za izvajanje naravnih oblik gibanj in tako na sproščen in zabaven način vključujejo elemente športa v otrokov telesni in duševni razvoj. Osnovna cilja tega programa sta dva; da se ima otrok lepo in da se nauči plavati. V programu občasno sodelujejo tudi starši, ki se na dnevih odprtih vrat priključijo otrokom pri igri v in ob vodi in se s tem tudi sami dodatno »izobrazijo« na področju športa.

Za vrtci in šolami pa sodelujemo tudi pri športnem programu ZLATI SONČEK, ki obsega 10 do 15 ur, ki jih otroci preživijo v in ob vodi.

#### ➤ Nadaljevalni program za otroke

Namenjen je tistim otrokom, ki osnovno plavalno znanje že imajo, pa bi tega radi še razširili in dopolnili. Program obsega 30 ur, ki jih otroci preživijo v vodi. V tem času se otroci spoznajo z vsaj dvema plavalnima tehnikama, s skoki v vodo, z osnovami reševanja iz vode, poleg tega pa jih učitelji in vzgojitelji spoznajo še z nekaterimi drugimi vodnimi in obvodnimi športi (veslanje, potapljanje...) Do znanja plavalnih veščin nas vodi igra v in ob vodi, pri razlagi pa otrokom pomagamo tudi s pomočjo videoanalize, ki jo omogočajo idealni pogoji bazena Fakultete za šport v Ljubljani.

#### ➤ Začetni program plavanja za odrasle

Pri nas smo se odločili, da poskrbimo tudi za vse odrasle, ki do sedaj zaradi različnih vzrokov še niso vzpostavili pravega stika z vodo, pa bi se vseeno radi naučili plavati ali



pa bi svoje znanje želeli razširiti oz. izpopolniti. Program se izvaja individualno in s tem omogoča bolj osebni stik med učiteljem in učencem hkrati pa je možen hitrejši napredek v krajšem času.

➤ Plavalna rekreacija in vodna gimnastika za odrasle in seniorje  
Tistim, ki se odločijo za rekreacijsko plavanje, glede na želje, zdravstveno stanje... svetujemo pri izbiri plavalne tehnike, količini vadbe in odmorov, intenzivnosti vadbe... Tako lahko tudi s plavanjem in vodno gimnastiko pridejo do napredka, kar se tiče njihovih fizičnih in psihičnih zmogljivosti.

➤ Vodna aerobika

Sestava vadbenih ur temelji na uporabi različnih rekvizitov tako v globoki kot v nizki vodi, ob glasbeni spremljavi, v skupini, parih ali samostojno. Vedno pa je naš program sestavljen tako, da je primeren tako za plavalce, kot za ljudi, ki plavanja niso ravno vešč... Stanje v procesu vadbe nadzorujemo z merilniki srčnega utripa in se glede na to prilagajamo vsakemu posamezniku pri njegovih željah, možnostih in potrebah

➤ Smučarski programi

Da bodo zimske radosti res postale in ostale radosti, imamo za bolj varno, veselo in prijetno smuko pripravljen program zimskih aktivnosti. Nudimo začetne in nadaljevalne tečaje alpskega smučanja in snowboardinga za predšolske in šolske otroke ter za odrasle. Tečaji so enodnevni ali večdnevni, otrokom in odraslim pa se z našimi učitelji posvečamo individualno ali v manjših skupinah na enem od slovenskih smučarskih središč po izbiri vadečih. Tečaj pri otrocih temelji na igri na snegu, ki ga učitelji smučanja in snowboardinga popestrijo s poligoni, sankanjem...

Primerno pa poskrbimo tudi za šole in vrtce (Športni program "ZLATI SONČEK"), kot tudi za zaključene skupine... Smučarski programi obsegajo en ali več dni, poskrbimo pa tudi za bivanje v bližini izbranega smučarskega centra. V času šolskih počitnic pa organiziramo tudi prevozni in stacionarni smučarski tečaj za predšolske in šolske otroke.

➤ Organizacija aktivnih počitnic in silvestrovanja:

Skupaj s skupino izdelamo celoten program aktivnih počitnic, nato pa ekipi programa G-REGA prepustite, da poskrbimo za vse, kar od počitnic pričakujete.

V času aktivnih počitnic se posamezniki, skupine in zaključene družbe spoznajo z različnimi športnimi zvrstmi, poskrbljeno pa je tudi za zabavne večere, dobro hrano...

Aktivnim počitnicam lahko naši gostje namenijo le konec tedna ali pa se odločijo za daljše počitnice. Pomembno je le, da nosijo v sebi nekaj športnega duha in smisla za zabavo, vse ostalo pa bo prav gotovo prišlo samo od sebe.

V času pred novim letom organiziramo aktivne počitnice v Zgornjih Gorjah pri Bledu, kjer se otroci in odrasli poleg alpskega, nordijskega smučanja in snowboardinga lahko preskusijo tudi v plezanju po zaledenem slapu, v nočnem sankanju, poleg dobre hrane in prijetne zabave pa je poskrbljeno tudi za brezplačno uporabo vse smučarske opreme in za brezplačni prevoz s ski-busom.

### INFORMACIJE O NAŠIH PROGRAMIH ali KJE NAS NAJDETE:

T&S d.o.o., Parmova c.53, 1000 Ljubljana

Tel, Fax:01/436-34-29, 041/676-097; E-mail: ts@siol.net ; Internet: <http://www.t-s.si>



### BOJAN ŠTURM, SK Capris, Koper »PREDSTAVITEV SK CAPRIS, KOPER«

SK CAPRIS smo ustanovili učitelji smučanja in deskanja na snegu leta 1997. Osnovni cilji in naloge so nam že od vsega začetka učenje smučanja in deskanja na snegu, animiranje otrok, mladine in odraslih za to vrsto rekreacije, druženje članov tudi v obdobjih, ko se pripravljamo na aktivnosti na snegu. V zadnjem letu dni pa smo bolj organizirano in sistematično pristopili tudi k učenju rolanja oz. enovrstnega kotalkanja.

#### STROKOVNI ORGANI KLUBA:

##### ♦ SEKCIJA UČITELJEV IN TRENERJEV SMUČANJA IN DESKANJA NA SNEGU:

V sekciji imamo evidentiranih preko 100 učiteljev smučanja in deskanja na snegu vseh treh stopenj, v zadnji sezoni smo vzgojili tudi dva učitelja telemarka. Učitelji opravljajo vsako leto predsezonski in posezonski seminar in s tem obnavljajo licenco za učenje. Največ dela opravijo učitelji z učenjem v celoletni šoli smučanja in na tečajih na zimovanjih.

##### ♦ ŠOLA SMUČANJA SLOVENIJE CAPRIS:

Pod to blagovno znamko opravljamo smučarske tečaje, tečaje deskanja in individualne ure na zimovanjih. Zimovanja organiziramo na smučiščih v sosednji Italiji, kjer nudimo ugodne pogoje namestitve. V letošnji sezoni sodelujemo s turistično agencijo Emona GLOBTOUR iz Ljubljane, kar nam omogoča poleg nove destinacije tudi možnost učenja večjega števila tečajnikov.

##### ♦ SEKCIJA INŠTRUKTORJEV ENOVRSTNEGA KOTALKANJA - ROLANJA:

Preteklo sezono smo začeli z bolj organiziranim in sistematičnim učenjem rolanja oz. enovrstnega kotalkanja. Ker je ta športna aktivnost zelo popularna, primerna za rekreacijo otrok, mladine in odraslih vseh starosti, smo že preteklo sezono izvajali tečaje na katerih je pridobivalo osnovna znanja preko 120 tečajnikov. V sodelovanju z INTERNATIONAL INLINE SKATING ASSOCIATION iz ZDA smo organizirali in izvedli tečaj za pridobitev naziva pooblaščen inštruktor enovrstnega kotalkanja 1. stopnje (certified instructor – level1). Izpit je uspešno opravilo 12 tečajnikov, ki so s tem pridobili naziv in licenco za učenje rolanja.

#### AKTIVNOSTI NA SNEGU IN DRUŽABNE AKTIVNOSTI:

##### ♦ CELOLETNA ŠOLA SMUČANJA:

Je oblika smučarskega tečaja, ki jo gojimo že vrsto let in sicer poteka skozi zimsko sezono ob sobotah. Zajema deset smučarskih izletov na katerih so tečajniki, otroci in odrasli, cel dan z učitelji, ki jih učijo elemente osnovne, nadaljevalne in tekmovalne šole smučanja in deskanja. V pretekli sezoni je celoletna šola smučanja štela 130 tečajnikov.

##### ♦ SMUČARSKI IZLETI:

Med smučarsko sezono organiziramo enodnevne in dvodnevne izlete na bližnja smučišča.

##### ♦ TEKMOVANJA:

Organiziramo klubsko tekmovanje v veleslalomu ter sodelujemo na medklubskih tekmovanjih, ki jih organizirajo smučarski klubi iz sosednjih krajev Slovenije in zamejstva.

♦ PRIMORSKI SMUČARSKI SEJEM:

Pred pričetkom smučarske sezone pripravimo sejem rabljene in nove smučarske opreme, letos smo imeli na sejmu tudi novo in rabljeno opremo za rolanje.

♦ SMUČARSKI PLES:

Vsako leto organiziramo pred smučarsko sezono smučarski ples, saj nam druženje tudi veliko pomeni.

♦ ROLERSKA FEŠTA:

V začetku aprila meseca pripravimo rolersko fešto na kateri predstavimo dejavnost sekcije, sejem nove in rabljene opreme.

♦ KOPRSKA NOČ:

Za Koprsko noč, ki je ena večjih prireditev v Sloveniji in je vsako leto zadnji vikend v juliju, pripravimo slalom z rolerji.



## STROKOVNI FORUM

### **Odličnost v športni rekreaciji s stališča celostne grafične podobe**

Dare Ravnikar, Studio 3S, Ljubljana

### **Športno rekreativna ponudba kot del identitete sodobnega slovenskega mesta**

dr. Rado Pišot, Pedagoška fakulteta Ljubljana, enota Koper, dr. Boris Sila  
Fakulteta za šport

### **Možnosti oglaševanja športno-rekreativnih programov v elektronskih medijih**

Iztok Lipovšek, Marketing TV Slovenija

### **Športni življenjski slog kot preventiva in kurativa duševnega zdravja**

mag. Robert Trunkl, klinični psiholog, Svetovalnica Antistres Koper

### **Športna rekreacija in zdravje na Hrvaškem**

mag. Goran Vrbanc, Zveza za športno rekreacijo Hrvaške

DARE RAVNIKAR, Studio 3S, Ljubljana  
**ODLIČNOST V ŠPORTNI REKREACIJI S STALIŠČA  
CELOSTNE GRAFIČNE PODOBE**

### 1. BLAGOVNA ZNAMKA

Smisel blagovne znamke je v njeni psihološki vrednosti. Psihološka vrednost je tisti del v strukturi cene izdelka ali storitve, ki prinaša profit. Marketing uravnava življenje sodobnega človeka.

### 2. REALNA IDENTITETA

Poslanstvo, vizija, filozofija, cilji organizacije in njena politika so bistveni del identitete. Materijalna in nematerijalna identiteta.

### 3. IMIDŽ / UGLED

Imidž je predstava osebe ali javnosti o nekem objektu ali subjektu. Imidž je pojem, ki obsega vse, kar se o neki organizaciji misli ali občuti. Imidž je psihološka vrednost.

### 4. REFERENČNI TRIKOTNIK

Usklajenost identitetnega sistema na simbolni ravni z realno identiteto subjekta tvori pravi in ustrezen imidž.

### 5. UREJENA CGP JE PREDPOGOJ ZA USPEŠNOST

Oblikovanje CGP je pogojeno z rešitvijo osnovnih vprašanj zasnove in izvajanja vsake organizirane in ciljno naravnane aktivnosti. Ustrezna CGP pomeni strateško naravnano in konsistentno komunikacijo z okoljem ter konsolidacijo izvajalcev okoli zadanih ciljev.



DR. RADO PIŠOT, DOC., Pedagoška fakulteta Ljubljana, enota Koper,

DR. BORIS SILA, DOC., Fakulteta za šport, Ljubljana

### **ŠPORTNO REKREATIVNA PONUDBA KOT DEL IDENTITETE SODOBNEGA SLOVENSKEGA MESTA**

Predstavitev nekaterih zaključkov študije o športu v Kopru in primerjave s podatki iz Ljubljane in Slovenije

#### 1. UVOD

Eden od prepoznavnih znakov sodobnega načina življenja je pomanjkanje gibalne aktivnosti, ki pomeni negativni dejavnik delovanja in nadaljnjega razvoja človeka in njegovega okolja. Ravno razsežnosti, ki jih imajo učinki gibalne aktivnosti na zdravje, dajejo temu fenomenu znak razpoznavnosti, ki določa gibalno neaktivnost kot najpomembnejši zdravstveni problem novega tisočletja (Blair, 2000). Razvoj znanosti in najrazličnejših tehnologij pa ta proces v večji meri še potencira tako, da je zahteva po gibanju v vsakdanu povprečnega človeka omejena na minimum. Ob številnih drugih dejavnikih tveganja, ki danes ogrožajo človeka na najrazličnejše načine, pomeni dodaten negativni stimulus, ki se odraža na posameznikovem zdravju v najširšem pomenu te besede. Dejstvo, da se danes večina ljudi škodljivosti in nevarnosti nekaterih dejavnikov tveganja vedno bolj zaveda, je edino kar daje upanje v vedno večjo osveščenost ljudi o pozitivnih učinkih redne športne aktivnosti ter v izboljšanje in širjenje športne ponudbe, ki bo omogočila različnim kategorijam prebivalstva zadovoljevanje njihovih potreb.

Sodobno pojmovanje športa želi približati šport vsakomur in mu ga ponuditi v obliki in vsebini glede na starost, sposobnosti in zmožnosti : od športa za najmlajše do šolskega športa, rekreativne športne aktivnosti in vrhunškega športa. Ne gre le za odgovor trenutni krizi zdravstvenega stanja današnje družbe temveč postaja šport integralni del modernega življenjskega sloga (Volkwein, 1999). Ob tem pa postaja športna ponudba pomemben storitveni proizvod. Pestrost športne ponudbe tako zagotavlja večjemu številu ljudi, možnost izbire primernih in posamezniku prilagojenih športnih vsebin.

#### 2. NAMEN IN CILJI

Tudi slovenska športna politika (med drugim) stremi k večji množičnosti v športu. Stremi k cilju, ki ga je glede na različnost v posameznih območjih in slovenskih občinah verjetno nekje nekoliko težje, drugod nekoliko lažje doseči, kljub temu pa se mu je potrebno približati s smotrno državno in družbeno organiziranostjo. Pridobivanje informacij o potrebah, željah in interesih občanov in s tem predvidevanje njihovih potreb sodi v racionalno obnašanje države, saj je vzgoja primerno izobraženega kadra in gradnja objektov dolgoročna naložba.

Občine navedene informacije potrebujejo, saj pomenijo nepogrešljiv in pomemben delež pri določanju vizije razvoja športno-rekreativne dejavnosti in investiranja v kadre in športne objekte. Ob nekaterih raziskavah, ki so jih opravili različni domači in tuji avtorji, se bomo v naši študiji naslonili predvsem na raziskavo, ki obravnava športno-rekreativno dejavnost občanov MO Koper (Pišot, Sila, 2000) in za primerjavo vključili še informacije iz študije o športnorekreativni dejavnosti Slovencev (Petrovič in soavt. 1997) in o športni aktivnosti občanov MO Ljubljana (Sila, 1997 in 1999).



### 3. METODE

Temeljna metoda zbiranja podatkov je bila anketa. Z vodenim anketiranjem smo tako pridobili informacije o celoletni gibalni aktivnosti posameznika ter nekaterih njegovih stališčih in pogledih, povezanih s širšim področjem športa.

Vzorčenje smo opravili po načelu slučajnosti. Vzorec je zajel prebivalce s področja Mestne občine Koper in ga predstavlja 685 anketiranih oseb obeh spolov, različne starosti (od 15 do 75 let), poklica in izobrazbe.

Anketni vprašalnik je bil sestavljen na osnovi ciljev študije, ki so narekovali obravnavo spremenljivk, razvrščenih v 5 skupin: socialno - ekonomsko - demografske spremenljivke; spremenljivke, povezane s športno dejavnostjo; spremenljivke o različnih dejavnostih v prostem času; različna mnenja in stališča s širšega športnega področja in ocene lastne kondicije ter zdravstvenega stanja in ocena skrbi za eno in drugo. Spremenljivke iz prve skupine lahko označimo kot neodvisne spremenljivke, vse ostale pa kot odvisne spremenljivke in smo jih na tak način v interpretaciji tudi obravnavali.

### 4. REZULTATI IN RAZPRAVA

**Vsakršno načrtovanje za prihodnost mora seveda sloneti na ugotavljanju preteklega, predvsem pa na spoznavanju sedanjega stanja različnih oblik športa, ki ga moramo razumeti kot poseben del v celotnem sistemu družbenega dogajanja. Del zbiranja podatkov o športu na koprskem, predvsem pa ugotavljanje mnenj, interesov in stališč smo izvedli s pomočjo anketnih vprašalnikov. S tem namenom smo v drugi polovici leta 1997 na območju mestne občine Koper izvedli anketiranje slučajno izbranega vzorca 658 prebivalcev obeh spolov v starosti od 15 do 77 let s povprečno starostjo 38,9 let. Po osnovnih značilnostih vzorec dobro predstavlja koprsko populacijo, zato lahko zapišemo, da gre za reprezentativen vzorec občanov Kopra v prej omenjenih starostnih mejah. Glavne in pomembne ugotovitve smo v tem poglavju strnili in jih oblikovali v naslednje pomembnejše sklepe:**

Koprčani so glede športne aktivnosti razdeljeni v tri, skoraj enako velike skupine. Ena **tretjina se jih redno, to je vsak dvakrat na teden, ukvarja s športom**, 30 odstotkov se ukvarja občasno, neredno in priložnostno in 37 odstotkov je prebivalcev Kopra, ki jih to področje aktivnosti ne zanima. Podatki o pogostnosti športne aktivnosti v primerjavi s podatki, ki jih poznamo za celotno Slovenijo (Petrovič in sod. 1998) pomenijo, da je športna aktivnost v Kopru nad slovenskim povprečjem. S podobnimi podatki sta postregli tudi študiji (Sila 1997 in Sila 1999) na vzorcu prebivalcev Ljubljane. V mestih je namreč (vsaj za Slovenijo to velja) zaradi različnih razlogov tudi več športne aktivnosti. Naj med njimi navedemo vsaj nekatere: višja raven izobrazbe (večja ozaveščenost o pomenu športne aktivnosti, višji osebni standard), boljša ponudba športnih programov, večja potreba po gibanju v naravnem okolju, več primernih športnih objektov ipd.

- S pogostnostjo športne aktivnosti sta močno povezana starost in raven izobrazbe med tem ko med spoloma ni pomembnih razlik. Očitno se je tudi na koprskem v zadnjem času **ponudba športnih programov izboljšala predvsem za potrebe žensk in deklet**, ki so z novimi oblikami (aerobika, fitnes, različne vrste plesnih oblik) našle sebi primerno aktivnost. Te ugotovitve še bolj veljajo za Ljubljano, kjer so razlike med spoloma še manjše. Na vzorcu odraslih Slovencev pa so bile ugotovljene razlike med spoloma, ki pa se v 25 letih, kolikor traja sistematično proučevanje športne aktivnosti Slovencev vztrajno manjšajo.

- **Redno v prostem času in za rekreacijo hodi nad 40 % vzorca**, kolesari pa le okoli 12 %. Glede na spol, starost in poklic pri hoji ni bistvenih razlik, pri kolesarjenju pa so velike razlike predvsem glede na starost in vrsto poklicnega dela.



- V organiziranem tekmovalnem športu je aktivnih okoli 10 % anketiranih, **spodbudno pa je, da je skoraj polovica mladine vključena v aktivnost šolskih športnih društev.**

- Med vsemi navedenimi športi (ob 50-ih navedenih so imeli vprašani tudi možnost proste izbire), ki smo jih ponudili, smo ugotovili, da **se Koprčani največ ukvarjajo s plavanjem**, in to kljub zelo slabim pogojem. V celotni občini namreč ni niti enega objekta, kjer bi lahko omogočili normalno vadbo za plavalce in vaterpoliste, ki pa v svojem okolju združujejo vedno več ljudi (predvsem otrok in mladine). Edini bazen, v katerem še danes životarijo, je oporečen z vidika vseh zahtev, katerim bi moral ustrezati za nemoteno delo.

- **Veliko se jih ukvarja tudi z odbojko, fitnessom (predvsem organizirano) in kolesarstvom (predvsem neorganizirano) ter alpskim smučanjem**, ki je glede na oddaljenost okolja od zasneženih strmin na lestvici izbranih športnih panog presenetljivo visoko. Takemu stanju je gotovo botrovala dobra organiziranost smučarskih društev in visoko število smučarskih kadrov, ki je v zadnjih letih na Koprskem izredno naraslo. Kot **posebnost, ki Koprčane, glede izbire športov morda v največji meri razlikuje od drugih, pa je ukvarjanje s plesom.** Zelo visoko je predvsem neorganizirana oblika, vendar tudi organizirana ne zaostaja veliko. Za primerjavo si pogledjmo lestvico popularnejših športov v Ljubljani iz leta 1999 kjer so na vrhu naslednji športi: plavanje, alpsko smučanje, kolesarstvo, košarka, odbojka, hoja s planinstvom, tek v naravi, nogomet, tenis in fitness.

- Kljub že precej množičnem ukvarjanju s pravkar omenjenimi športi, pa se tudi na seznamu želja, torej na vprašanje, s katerimi športi bi se občani MOK še želeli ukvarjati, pojavljajo podobni. **Tako je najbolj prisotna želja po plavanju, sledijo pa kolesarjenje, odbojka, tenis, alpsko smučanje, ples, ....** To samo še potrjuje, da bo potrebno marsikaj postoriti, če bomo želeli v MOK vzdrževati primerno raven športne aktivnosti in omogočati občanom realizacijo njihovih želja. (Podrobna analiza, ki nam kaže tudi pretežno kakšna kategorija občanov, glede na starost, spol in izobrazbo, ima omenjene želje je v poglavju 5.3.1.)

V raziskavi smo želeli preveriti tudi nekatere značilnosti izbranega vzorca občanov MOK. Ugotovili smo :

- da tako kot drugod, tudi Koprčani **preveč presedijo pred TV - sprejemniki** in sicer predvsem mladi (do 18 leta) in starejši (nad 55 let). Nižje kot so izobraženi, bolj pogosto ljudje gledajo televizijo.
- da **športne prireditve bolj malo obiskujejo**. Najpogosteje obiskujejo prireditve mladi do 18 let, manj občani stari med 20 in 25 let, še manj pa tisti med 26. in 55. letom. Občani po 55. letu pa po večini nikoli (od 67 do 71%). Veliko več pa gledajo šport na televiziji. Pri tem prevladujejo predvsem mladi moški do 20 let.
- da je njihovo mnenje, **da v svojem življenju na splošno presedijo preveč.** Predvsem so tega mnenja občani z najvišjo izobrazbo. Med njimi po spolu prevladujejo ženske.
- **da jih več kot 50% meni, da imajo dobro telesno kondicijo.** Med ostalimi pa prevladujejo taki, ki so mnenja, da je njihova telesna kondicija slaba ali zelo slaba. Mlajši menijo, da je njihova zmogljivost nekoliko boljša kot pri starejših, sicer pa so tudi glede na starost večinoma mnenja, da so kar telesno zmogljivi. **Ugotovili smo, da imajo tisti, ki so športno bolj aktivni, značilno boljše mnenje o svoji telesni kondiciji.** Tako npr. kar 76% športno neaktivnih meni, da ima zelo slabo telesno kondicijo, kar 69,4 % redno športno aktivnih pa meni, da je njihova telesna kondicija odlična.
- da so mnenja glede primerjave lastne gibalne aktivnosti z drugimi vrstniki kar enakomerno razporejena. Približno 40 % jih meni, da so enako gibalno aktivni, okoli 30 % pa, da so manj ali bolj gibalno aktivni od drugih občanov enake starosti.



- da jih je **večina mnenja, da je njihovo zdravstveno stanje dobro**. Veliko večji je tudi delež tistih, ki so mnenja, da je njihovo zdravstveno stanje zelo dobro ali celo odlično, kot tistih, ki s svojim zdravstvenim stanjem niso zadovoljni. **V povezavi s športno aktivnostjo pa smo ugotovili pomembno in statistično značilno povezanost z oceno zdravstvenega stanja. Ta podatek lepo potrjuje nenehno poudarjanje športnih strokovnjakov, da s primerno športno aktivnostjo pozitivno vplivamo na ohranjanje in izboljševanje zdravja.**
- da kljub znatnemu deležu (38,5 %) tistih, ki menijo, da je njihova telesna teža prevelika, med občani MOK prevladuje mnenje (55%), da je njihova telesna teža normalna. Te ugotovitve so kar malo nepričakovane in presenetljive, saj vemo, da je prekomerna telesna teža ena od slabosti današnjega časa in dejavnik tveganja mnogih bolezni.
- Za Koprčane se **zdi na področju športa najpomembneje financirati šport otrok in mladine**, takoj **za tem pa športne objekte, torej športno infrastrukturo**, ki je pomembna za vse pojavne oblike športnih aktivnosti. Na tretjem mestu je športna aktivnost posebnih skupin kot so invalidi in upokojenci, temu pa sledi skrb za najširše področje športa – športno rekreacijo. Nikakor pa ne moremo mimo dejstva, da so prebivalci Kopra postavili stroko z znanostjo na sam rep. Verjetno bi se le morali nekoliko bolj zavedati, da (vsaj) brez ustreznih strokovnih kadrov na nobenem od prej navedenih področij ne more biti resnega napredka in razvoja.
- Anketirani prebivalci mesta Koper so izrazili precej kritična mnenja o ponudbi športnih programov na Koprskem ne glede, ali je šlo za programe otrok, mladine ali odraslih. Na tem področju je očitno v Kopru še mnogo rezerve tako v pestrosti, kakovosti kot v različnih organizacijskih oblikah primerne športne ponudbe.
- Športi, za katere Koprčani menijo, da bi jih morali prednostno financirati in **podpirati v vrhunskem športu so po vrstnem redu plavanje, nogomet, košarka, jadranje in odbojka (Ljubljana 1999: košarka, plavanje, nogomet, hokej, odbojka).**
- Anketirani menijo, da bi morali za širjenje področja **športne rekreacije** v Kopru poskrbeti za razvoj predvsem naslednjih športnih aktivnosti: **plavanje, kolesarstvo, hoja, odbojka in tenis (Ljubljana 1999: plavanje, košarka, kolesarstvo, nogomet, tek (v naravi in odbojka).**
- Za čim boljši **razvoj turizma** in njegovega vse bolj nepogrešljivega sestavnega dela – ponudbe športnih programov so za Koprčane pomembne predvsem naslednje športne aktivnosti: **tenis, jadranje, plavanje, konjenišтво in podvodni športi.**

Zanimalo nas je tudi, **kaj menijo anketirani Koprčani o novi večnamenski dvorani** oz. koliko bo njena izgradnja (ko bo seveda končana) izboljšala ponudbo športnih aktivnosti za občane MOK. Prevladuje mnenje, **da se bo izboljšala ponudba predvsem za področje vrhunškega in tekmovalnega športa ter najmanj za potrebe otrok in mladine**. Zanimivo pa je ravno to, da se je velik odstotek ljudi v predhodnih odgovorih odločal za to, da je šport otrok in mladine ravno tisto, čemur bi morali posvetiti največji poudarek.

## 5. LITERATURA

1. Blair, S. N.: Physical inactivity: the major public health problem of the next millennium. Proceedings, 5 th Annual Congress of the European College of Sport Science, Jyväskylä, Finland, 2000.
2. Petrovič, K., Ambrožič, F., Sila, B: Športnorekreativna dejavnost Slovencev 1992 (z vidika podatkov in ugotovitev študije slovenskega javnega mnenja v letu 1992 in primerjave s študijami iz let 1973, 1976, 1980, 1983, 1986 in 1989) Univerza v Ljubljani, Inštitut za kineziologijo Fakultete za šport, Center za raziskovanje javnega mnenja in množičnih komunikacij Fakultete za družbene vede, Ljubljana, 1992



3. Petrović K. F. Ambrožič, B. Sila, M. Doupona: Športnorekreativna dejavnost v Sloveniji 1996 (z vidika podatkov in ugotovitev študije slovenskega javnega mnenja v letu 1996 in primerjave s študijami iz let 1973, 1976, 1980, 1983, 1986, 1989 in 1992) Univerza v Ljubljani, Inštitut za kineziologijo Fakultete za šport, Ljubljana, 1996.
4. Petrović K. F. Ambrožič, B. Sila, M. Doupona: Športnorekreativna dejavnost v Sloveniji 1997 (Primerjalna študija 1992 – 1997), Univerza v Ljubljani, Inštitut za kineziologijo Fakultete za šport, Ljubljana, 1998.
5. Pišot, R., Sila, B.: Športnorekreativna dejavnost občanov mestne občine Koper in nekatera mnenja, stališča ter interesi na športnem področju. Koper pred izzivi tretjega tisočletja. Monografska študija, Znanstveno-raziskovalno središče Republike Slovenije v Kopru, Koper, 2000
6. Pišot, R., Sila, B.: Sporting activities in Slovenia – the town of Koper in connection with socio- demographic characteristics. Proceedings, 5 th Annual Congress of the European College of Sport Science, Jyväskylä, Finland, 2000.
7. Sila, B.: Gibalna dejavnost članov ljubljanskih družin ter njihova mnenja in interesi na športnem področju, v: Gibalna aktivnost odraslih prebivalcev republike Slovenije, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, Ljubljana, 1997
8. Sila, B.: Posebnosti športnega utripa posameznih stanovanjskih sosesk v Ljubljani, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, Ljubljana, 1999
9. Volkwein, K.: Fitness – a global phenomenon. Proceedings of the 4 th Annual Congress of the European College of Sport Science, Rome, Italy, 1999.

### IZTOK LIPOVŠEK, Marketing TV Slovenija **MOŽNOSTI IN POGOJI OGLAŠEVANJA ŠPORTNO-REKREATIVNIH PRIREDITEV V PROGRAMIH RTV SLOVENIJA**

Vlogo Radiotelevizije Slovenija kot edinega nacionalnega medija v Sloveniji opredeljujeta Zakon o javnih glasilih in posebni Zakon o RTV Slovenija. Zakonodajalec je z novelo posebnega zakona konec leta 1999 RTV Slovenija zagotovil večjo stabilnost pri zagotavljanju sredstev za uresničitev vseh programskih nalog.

Poleg pomembne programske vloge, ki jo ima s svojimi informativnimi, izobraževalnimi, kulturno-umetniškimi, zabavnimi in športnimi vsebinami, so radijski in televizijski programi tudi pomembni posredniki tržnih informacij. Oglaševanje je pač le v svojevrstno obliko prevedena informacija z jasnim ciljem. Zato je skladno s poslanstvom in uredniško-programsko politiko RTV Slovenija Služba za trženje programov RTV Slovenija izoblikovala jasna merila za nekomercialne objave oglasnih sporočil. V to skupino uvrščamo oglase za družbene in humanitarne akcije, strokovne in znanstvene simpozije, nekomercialne športne in kulturne prireditve ter sporočila lokalnih skupnosti. Za vsa ta obvestila RTV Slovenija omogoča objave z nadpovprečnimi popusti, najpogosteje pa celo povsem brezplačno.

Oglaševalska stroka s takšnimi pravili na RTV Slovenija sprva ni bila navdušena, saj je, denimo, mimo oglaševalskih agencij odtekal del sredstev, ki jih sponzorji in donatorji, sicer klienti oglaševalskih agencij, namenjajo za akcije in projekte izven rednega komercialnega oglaševanja. S tem so se nekolikanj zmanjšali oglaševalski proračuni in s tem tudi provizije agencij. Prav trdno stališče Službe za trženje programov RTV Slovenija, da bo objavljala oglasna sporočila pod določenimi pogoji tudi brezplačno, je RTV Slovenija uveljavilo kot medij s preglednim poslovanjem in jasno opredeljeno filozofijo tudi na področju oglaševanja.

Zakon o javnih glasilih je omejil obseg oglaševanja v elektronskih medijih. Pri tem je javnemu servisu dodelil manjše količine kot komercialnim, kar je razumljivo, saj si RTV Slovenija zagotavlja sredstva za svoje delovanje s prispevkom državljanov, medtem ko so komercialni mediji večinoma odvisni le od prihodkov od oglaševanja. Ker pa sredstva iz RTV prispevka ne zadoščajo za izvajanje vseh nalog, ki jih zakoni nalagajo javnemu servisu in zaradi preprečevanja monopolnih razmerij na področju trženja oglasnega prostora v elektronskih medijih, je zakonodajalec predvidel kot pomemben in izvirni prihodek javnega zavoda tudi sredstva iz trženja oglasnega prostora. Pri dodeljevanju oglaševalskih kvot zakonodajalec ni razmejil oglaševanja po vsebini (družbene akcije, humanitarnost) ali po prihodu (plačljiv, brezplačen). Zato je RTV Slovenija v razpravah o novem zakonu o medijih zagovarjala stališče, da brezplačne objave za točno določene namene ne bi šteli v obseg predvajanega oglaševanja, kar je zakonodajalec z dokaj površno dikcijo sicer vključil v zadnjo inačico besedila predloga novega zakona. Po pregledu poslovanja RTV Slovenija, ki sta ga opravila tuja revizijska družba in tudi Računsko sodišče, pa se je kot vprašanje izpostavila dilema, kako je v takšnih primerih z obračunom davka na dodano vrednost, saj finančniki tolmačijo, da RTV Slovenija sicer lahko »podari« v obliki storitve neko vrednost, da pa tega na osnovi finančnih zakonov ni voljna storiti tudi država. Tako vstopamo v leto 2001 z dilemo, kako bosta naše ravnanje v primeru brezplačnih objav sankcionirali Ministrstvo za finance in Davčna uprava. Na drugi strani se je RTV Slovenija uspela s Svetom za radiodifuzijo, ki nadzira izvajanje zakonskih določil v elektronskih medijih, dogovoriti, da pri meritvah obsega oglaševanja v programih vseh televizij veljajo določila Evropske konvencije o čezmejni televiziji (ker jo je slovenski Parlament



ratificiral ima zatorej status zakona), ki iz omejenih obsegov oglaševanja izločajo čas, ki ga televizije namenjajo oglaševanju družbenih in humanitarnih akcij.

RTV Slovenija si bo tudi v prihodnje prizadevala, da bi v zakonu o medijih iz omejitvenih oglaševalskih obsegov, ki veljajo le za elektronske medije, izločili brezplačne objave za družbene in humanitarne akcije s čimer bo razrešena tudi dilema o vrednosti DDV-ja.

Pri oglaševanju za družbene in humanitarne akcije metodološko zasledujemo enake cilje kot pri snovanju komercialnega oglaševanja. Zato lahko v osnovi govorimo o dveh namenih:

- zagotoviti akciji prepoznavnost (oblikovanje ugleda, dobrega imena, pozicioniranje blagove znamke);
- pridobiti naslovnike za akcijo in jih spodbuditi k pričakovani reakciji (zagotoviti »nakupno« potrebo).

Vsi snovalski procesi oglasnega sporočila uvrščajo oglaševanje med najbolj interdisciplinarne in zatorej najbolj dovršene komunikacijske vsebine.

Vrhunski šport, kot ozek vrh aktivnosti množice mladih, se je v desetletjih profesionaliziral ne le zato, ker je vrhunskih športnik sposoben vrhunskih tekmovalnih dosežkov, če je eksistencialno razbremenjen, mrveč tudi zato (dejavnikov je seveda veliko več), ker je industrija zaslutila v športu izjemno možnost zaslužkov. Mladi, kot ciljna skupina, so namreč v množicah povzemali vedenjske obrazce svojih športnih idolov. Stroka je na drugi strani neizpodbitno dokazovala koristnost športnega udejstvovanja domla vseh generacij, kar je le še povečevalo produkcijo športne opreme in športnih pripomočkov. Šport je izoblikoval izjemno veliko in sociodemografsko izredno heterogeno ciljno skupino, ki je niso mogli spregledati niti mediji v katerih vrhunski šport zavzema vidno programsko mesto. Umestitev nekega dogodka v medij pa mu daje javno kredibilnost, kar nenehno regenerira nove športne zvezde in s tem nove idole mladim. Tako je kapitalski krog, kot neviden generator procesov, sklenjen, celotna dejavnost pa si na tak način zagotavlja vedno nove množice »rekrutov«.

Skupnosti in društva želijo množico športno dejavnih občanov – iz povsem drugačnih nagibov kot to počne kapital – povečevati, pri čemer se zatekajo k različnim organizacijskim in promocijskim oblikam te organizirane dejavnosti, kjer je rezultat, kot merljiv učinek te dejavnosti - v nasprotju z vrhunskim športom - sicer potisnjen na pomensko obrobje, brez tekmovalnosti (neposredne primerljivosti med tekmeči) pa domala sleherna športna dejavnost za neposredne udeležence izgubi svoj smisel. Ta navidezna dvojnost pojmovanja športne rekreacije (organizatorji želijo zagotoviti pogoje za redno športno dejavnost občanov predvsem zaradi zdravstveno preventivnih učinkov le-te in pa seveda in socializacijskih vidikov /druženje občanov – identifikacija s skupnostjo/, medtem ko akterji pojmujejo to dejavnost ponajprej kot sprostitvev, aktiven oddih, druženje in tekmovalnost) zagotavlja uspehe v tistem krogu prebivalcev, ki najpogosteje iz mladosti prinašajo v svoji zavesti potrebo po športnem udejstvovanju, kar pomeni, da so bili v mladosti športno opismenjeni.

Primarni interes organizatorjev športno rekreacijskih akcij je povečati število športno dejavnih občanov. Ker so tovrstne akcije lahko najbolj uspešne na lokalni ravni, je tudi njihovo največje število organizirano na tej ravni. Z drobitvijo lokalnih skupnost, se je tudi tovrstna dejavnost prenesla v mikrookolja, torej še bližje potencialnim uporabnikom športno-rekreativne ponudbe. Ker pa vsaka organizacija povezana s sredstvi, nastopijo tu pogosto težave, saj mahne lokalne skupnosti ob številnih nalogah (družbeni standard, komunalna problematika, razvojni cilji) le stežka zagotavljajo za to prostočasno dejavnost občanov toliko sredstev, da bi lahko zagotavljali v letu večje število organiziranih športno-rekreativnih prireditev. Pogostnost le-teh pa vpliva na oblikovanje zavesti o nujnosti redne vadbe in rekreativnega udejstvovanja posameznikov.



Že za omejeno število organiziranih prireditev so organizatorji odvisni tudi sredstev sponzorjev. Ker gre večinoma za lokalne in kot po pravilu za manjše gospodarske subjekte, se ti z manjšimi vsotami v izvedbo prireditev vključujejo bolj iz zavedanja, da morajo podpirati nekatere dejavnosti (kulturo, šolstvo, šport) v svojem okolju. V njihovem početju torej ne gre zaslediti celovitih marketinških pristopov, saj jim takšnih učinkov organizatorji ponavadi tudi ne morejo zagotavljati. Če želimo preseči prav takšno razmišljanje lokalnih sponzorjev in jim ponuditi s promocijsko-tržnega stališča nekaj več (upravičiti vložena sredstva) tedaj mora organizator prireditve za promocijo pridobiti medije. Organizatorjem lokalnih prireditev so bolj ali manj dostopni lokalni mediji, ki pa jih lokalni gospodarski subjekti za tržno promocijo v bistvu ne potrebujejo, saj jih že sicer vključujejo v svojo načrtovano oglaševanje. Ti mediji gospodarskim subjektom v primeru povezave s prireditvijo zagotavljajo le utrjevanje ugleda v okolju, kjer gospodarski subjekt deluje.

Kako iz tega začaranega kroga? Kako preseči zgolj lokalne razmere?

Poti je več, kombinacija večih med njimi pa zagotavlja sinergijo učinkov tako po organizacijskih vidikih (število udeležencev, kar pomeni zmanjšanje stroškov na udeleženca) kot tudi po možnosti vključevanja drugih medijev (z dosegom v regiji ali celo na ravni države) v promocijo prireditve. To pa organizatorjem zagotavlja večje zanimanje zainteresiranost sponzorjev za sodelovanje v projektu, saj v njegovi realizaciji lahko osmislijo svoja promocijsko-tržna pričakovanja.

Skušajmo le bežno nanizati nekaj možnosti, ki zagotavljajo večje učinke organizacije prireditev in njihovo večjo odmevnost kot posledico tega tudi večjo zanimanje sponzorjev.

Optimaliziranje obeh zasledovanih ciljev zagotovo dosežemo, če se organizatorji športno-rekreacijskih prireditev združujejo pod nekaterimi akcijami (kot blagovnimi znamkami) na državni ravni. To daje posamezni akciji (blagovni znamki) večjo prepoznavnost, zato lokalnim organizatorjem ni potrebno vlagati promocijskih sredstev v njeno prepoznavnost oziroma uveljavljanje. To za posamezno blagovno znamko lahko stori organizacija, ki z državne ravni vodi promocijske akcije. Zanje si tak organizator lažje zagotovi sponzorska sredstva pri gospodarskih subjektih, ki imajo interes uveljavljati svojo tržno blagovno znamko po celi državi. Vodenje akcije pod eno blagovno znamko zagotavlja:

- ustrezno oblikovanje koledarja prireditev (upoštevan regionalni princip časovnega zamika prireditev);
- večja možnost za informativno umestitev posameznih prireditev (lokalnih) v večje število medijev;
- večja možnost za pridobivanje sredstev pristojnih ministerstev;
- večja možnost pridobitve osrednjih sponzorjev akcije (izdelovalci športne opreme, zavarovalnice, trgovske mreže, osvežilni napitki in vode, avtomobilske znamke, telekomunikacije, itd.);
- večja možnost za pridobitev višjih popustov pri oglaševanju akcije in posameznih prireditev v komercialnih medijih;
- lažje (za medije) komuniciranje z enim vodjem akcije kot s številnimi organizatorji posameznih prireditev.
- na osrednjo promocijo prireditev pod skupno blagovno znamko se lahko v medijih navežejo posamezne lokalne prireditve, pri čemer lahko sponzorjem teh prireditev zagotovijo umestitev v odmevnih medijih.
- z organizacijskega stališča to pomeni, da bo za prireditev zvedelo večje število potencialnih udeležencev, ki kot ciljna skupina presegajo lokalno raven;
- pojav lokalne skupnosti (predvsem manjših, ki se v odmevnejše medije poredkoma prebijajo z informacijami) krepi pri občanah pripadnost skupnosti, to pa mnoge veliko bolj obligira, da se prireditve tudi udeležijo.



Če želimo v bolj ali manj redno dejavnost vključiti kar največje število prebivalcev, tedaj velja izoblikovati večje število akcij (blagovnih znamk), ki bodo atraktivne tako za redno športno-rekreativno dejavne občane, kakor tudi za one, ki posegajo po tovrstni ponudbi poredko ali celo nikoli. Stimulativne utegnejo biti prireditve, ki v »tekmovalnosti« pritegnejo kot števno skupino družine, saj interakcija med starši in otroci (eni druge spodbujajo k udeležbi) ni redek pojav v družinah. To zagotavlja tudi rednejše spremljanje ponudbe rekreativnih prireditev v medijih, oziroma prispeva k izoblikovanju bralnih navad športnih strani, kjer posamezniki ne prebirajo več le atraktivnih informacij iz vrhunškega tekmovalnega športa ampak tudi informacije s področja rekreacije. Te podatke lahko medijem organizirano in redno zagotavljamo samo v primeru, ko je celotna akcija vodena iz enega centra.

Kaj lahko v opisanem primeru ponudi RTV Slovenija s svojimi osmimi radijskimi in tremi televizijskimi programi?

Osrednje vodeno akcijo vrste prireditev pod skupnim imenom lahko v vseh programih RTV Slovenija ustrezno brezplačno promoviramo, saj gre za neprofitne in družbeno koristne akcije. S tem pripomoremo k prepoznavnosti blagovne znamke pod katero so združene lokalne prireditve. Na to promocijo se navezuje pojavnost osrednjih sponzorjev akcije. Na splošno promocijo (pozicioniranje akcije med sorodnimi prireditvami in gradnja ugleda in dobrega imena) lahko navezujemo programske vsebine v katerih poudarjamo pomen redne vadbe in rekreativne dejavnosti občanov in zagotavljamo napovednike in poročila s posameznih prireditev. V času, ko se pričenejo vrstiti posamezne prireditve se promocija usmeri v informiranje o kraju in času posameznih prireditev, pri čemer lahko z objavo znakov in logotypov zagotavljamo tržno prepoznavnost lokalnih sponzorjev. Tem objavo v televizijskih in radijskih programih, še zlasti v povezavi z ugledno akcijo, pomeni tudi odmevno uveljavljanje dejavnosti v širšem krogu in s tem potencialno olajšuje preseganje lokalnega trga.

Kot sem že omenil, ima Služba za trženje programov RTV Slovenija znotraj pravil o trženju oglasnega prostora jasno opredeljene upravičence do brezplačnih objav oglasnih sporočil in obvestil. Poleg osrednjih programov (TV 1 in TV 2 ter Radio 1 in Val 202) sta za regijske potrebe Štajerske in Prekmurja ter Primorske in Severno Primorske na voljo pod enakimi pogoji še radijska in televizijska programa v slovenskem in italijanskem jeziku Regionalnega RTV centra Koper Capodistria ter radijska programa v slovenskem jeziku iz Regionalnega RTV centra Maribor (eden od programov je Slovenski turistični radio) in program v madžarskem jeziku iz Studia v Lendavi, ki sodi pod Regionalni RTV center Maribor.

V vseh radijskih programih je možno zagotoviti tudi redne objave prireditev v okviru programskih vsebin (pripravljajo jih novinarji).

Tovrstno sodelovanje na področju promocije (serija raznoterih prireditev, vodena iz enega središča) se je izjemno dobro uveljavila v sodelovanju med RTV Slovenija in Imagom Sloveniae – Podobe Slovenije na področju kulture. Prav zaradi obsežnega vključevanja RTV Slovenija v promocijo prireditev so k akciji pristopili ugledni gospodarski subjekti, ki zagotavljajo večino sredstev za izvedbo celotnega koledarja prireditev, lokalne skupnosti prispevajo veliko manj kot bi, glede na nastope uglednih slovenskih in svetovnih izvajalcev in poustvarjalcev klasične glasbe. Zato ne vidim razlogov, da ne bi bila tako organizirana športno-rekreacijska dejavnost enako ali še bolj uspešna pri promociji akcij in prireditev ter sponzorjev, kajti ciljna skupina na tem področju je zagotovo veliko večja od ljubiteljev vrhunskih glasbenih prireditev.

Potemtakem je s smotno načrtovano promocijsko akcijo za uveljavitev blagovnih znamk posameznih akcij kakor tudi vključitvijo posameznih prireditev v to zasnovo, možno zagotoviti boljše gnotne osnove za njihovo udejanjanje. To pa ob razbremenitvi občinskih proračunov pomeni za občane tako boljšo izvedbo prireditev kakor tudi večje število prireditev v enem letu.

Če na tem mestu strnem osnovno misel, tedaj velja poudariti, da je RTV Slovenija zavoljo svoje vloge in pomena, ki ga ima v družbi, pripravljena pripomoči k uspešnosti celotnih projektov s področja športne-reakreacije in posamičnih prireditev v tem okviru, tako na promocijskem področju kakor tudi na informativnem. Nenaposled so udeleženci teh akcij tudi plačniki RTV-prispevka in njihove dejavnosti preprosto nacionalni medij ne sme in ne more prezreti. Če je to le prvi korak programov RTV Slovenija k približevanju realnemu življenjskemu utripu, tedaj ga velja skupaj kar najboljše in celovito osmisliti.



### MAG. ROBERT TRUNKL, klinični psiholog, Svetovalnica Antistres Koper **ŠPORTNI ŽIVLJENJSKI SLOG KOT PREVENTIVA IN KURATIVA DUŠEVNEGA ZDRAVJA**

- podnaslov za razmišljanje: Naša velika zmota je, da od vsakega poskušamo izvleči vrline, ki jih nima, ne trudimo pa se, da bi v njem razvijali tiste, ki jih ima (M. YOURCENAR)

Vedno več osveščenih ljudi se mnogokrat pogovarja med seboj o načinu sodobnega in obenem zdravega življenja, kajti vedo, da zdravje ni za zmeraj dana vrednota. Ostati zdrav in živeti v sozvočju s samim seboj in drugimi nam uspeva le, če se tega zavedamo in če v to vložimo lasten trud. Ker pa danes (še) zdrav človek žal nima pravega motiva za ohranitev svojega duševnega in telesnega zdravja, dela pogoste napake, ki ga praviloma vodijo v bolezen in prezgodnje staranje. Vse premalo je samozavedanja, vse premalo je prave volje, ..., vse preveč je onega drugega-slabega. Zdrav duh začne zapuščati nezdravo telo, pojavi se začarani krog, kjer nezdrav duh postopoma obvladuje vse življenju pomembne človeške organe.

Nujen je razmislek v vsakem od nas o filozofiji, psihologiji, sociologiji, ekonomiji, politiki, ..... našega življenja ali drugače ŠPORTNO ŽIVLJENJSKEM SLOGU našega vsakdana. Marsikdo bo takoj obrambno neustrezno reagiral, češ »to se mene ne tiče, saj nisem športnik, zopet od mene zahtevajo nekaj, kar ni v skladu z mojimi predstavami o zdravem življenjskem slogu«. Vsi podobno misleči si na ta način (pre)hitro začrtajo pot svojega konca, saj bi se morali takrat, ko postane že trebuh večji od prsnega koša, počasi pripravljati na lasten pogreb. E. FROMM je opozarjal omahljivce, da je človekova pglavitna naloga v življenju voditi predvsem samega sebe.

Športno življenjski slog razumem kot način vsakdanjega življenja. Šport in življenje imata toliko skupnih prvin, ki se med seboj prepletajo, dopolnjujejo, nadgrajujejo, bogatijo, plemenitijo, .... Oboje moraš imeti rad, prevladovati morajo pozitivna čustva, ki postajajo balzam spreminjanja na bolje, še bolje, najboljše.

Uspeh v življenju in uspeh v športu sta sopotnika. Pri obeh so potrebna znanja, sposobnosti, motivacija. Avtosugestivna gesta ZNAM, ZMOREM, HOČEM morajo postati sestavni del uspešnega človeka in uspešnega športnika. Znanja nenehno pridobivamo in koristno uporabljamo, sposobnosti optimalno izkoriščamo, motivacijo neprestano dvigujemo in stremimo k postavljenim ciljem. Človek naj spreminja svoje osebnostne lastnosti tako pri športni rekreaciji, tekmovalnem športu, kot v vsakdanjem delovnem in družinskem okolju. Opušča slabe, negativne in aktivno sprejema uspešne, pozitivne, ki plemenitijo njegovo dušo in telo. Nekritično prehitevanje oziroma pretiravanje je praviloma škodljivo in torej nepriporočljivo.

Zavedati se moramo, da je dobro in zdravo živeti športno. Šport in rekreacijo gre razumeti tudi kot način življenja, obliko igre, zabave, sproščanja odvečne energije, priložnosti za družabne aktivnosti, dokazovanja samega sebe, razvijanje samopodobe, tekmovanje s seboj in drugimi, .... Na ta način skrbimo za svoje zdravje, saj eden najstarejših pregovorov na svetu »zdrav duh v zdravem telesu« drži danes še bolj kot včeraj.

Že francoski filozof Jean Jacques Rousseau je dejal: »Ko je telo slabotno, prevzame komando. Kadar je krepko, uboga«. Če želite uspeti je zdravo telo vaše najboljše orodje. Dobra psihična in telesna kondicija kot pridobljeni energetski potencial postaja neprecenljivo pogonsko gorivo za uspehe na vseh področjih človekovega življenja.

Za boljše poznavanje svojega telesa ni noben trenutek primernejši od sedanjega. Ste se kdaj vprašali, kaj si misli vaše telo o stvareh, ki jih počnete oziroma ne počnete z njim? Telo ima svojo lastno zavest in komaj čaka, da vam pove, kako se počuti. Samo vprašati in prisluhniti mu je treba. Spoznali boste njegove potrebe, ki morajo postati tudi vaše osebne.

Ena od teh je potreba po gibanju, kar je zapisano že v genih vsakega od nas in se začne ob spočetju, ter se skoraj do smrti ne ustavi več. Življenje postaja gibanje in obratno gibanje je življenje.

V svojem življenju sem bil dolga leta aktiven športnik, šele kasneje sem postal psiholog, zadnje desetletje pa se zopet pri svojem strokovnem delu vračam k vsem pozitivnim vrednotam športa, ki lahko in zmorejo pozitivno vplivati na kvaliteto življenja in na ta način psihološko pomagam ljudem graditi njihov športno življenjski slog v smislu preventive in kurative duševnega zdravja ljudi različnih starosti .

Danes ljudje plačujejo zaradi neustreznega načina življenja prevelik davek na račun svojega zdravja. Vse preveč je psihosamatskih obolenj, psihosocialnih motenj, psihonevroz, psihiatričnih simptomov, odvisnosti (akutni in kronični stres, težave s spanjem, spolnostjo, hranjenjem, dihanjem, depresije, osamljenost, odtujenost, glavoboli, strahovi, razne preganjavnice, zakonski problemi, telesna neaktivnost, alkoholizem, .....), ki polnijo čakalnice zdravstvenih in drugih ordinacij.

Z ljudmi, ki so izgubili pravilno orientacijo v svojem življenju in zaradi tega kažejo že bolezenske telesne in psihične posledice, skupaj z njimi v svoji zasebni psihološki svetovalnici ANTISTRES V Kopru ugotavljam »diagnozo« obstoječega stanja in preventivno ali terapevtsko načrtujem pozitivne učinke, kjer ima pomembno vlogo poleg visokostrokovne klinične psihološke znanosti tudi vedno bolj uporabna takoimenovana » terapija športno življenjskega sloga« z vsemi spremljajočimi zdravilnimi učinki..

Kljub očitnim uspehom tovrstne pomoči, prihajajo še mnogi kar z nekaj letno zamudo, nekateri pa ne pridejo niti do čakalnice.....

Kdor bi rad bil dolgo zdrav in star, mora pač zgodaj začeti, ...tudi z mojo strokovno pomočjo.

Predvsem naši možgani so poklicani za tovrstne miselne procese (beri blokade) in pravilno načrtovanje zdravega načina življenja skozi športno življenjski slog.



### MR. GORAN VRBANAC, Zveza za športno rekreaciju Hrvatske **ŠPORTNA REKREACIJA IN ZDRAVJE NA HRVAŠKEM**

#### ***Programi u funkciji unapređenja zdravlja***

Prilikom novog osnivanja Saveza 1990 godine, odvajanjem od Jugoslavije, osnovni ciljevi i zadaci bili su i unapređenje stupnja zdravlja, smanjenje asocijalnih pojava i bolesti ovisnosti (alkohol, droga itd.), te kulturno i smišljeno provođenje slobodnog vremena sadržajima sportske rekreacije.

U tom aspektu sportski rezultat je sekundaran, primjena sporta kao natjecanja zadržana su uz modifikaciju pravila i pravilnika, prilagođena dobnom uzrastu, najčešće odraslim osobama i osobama sa smanjenim sposobnostima. Ovim pristupom sportsko rekreativna natjecanja daju veći značaj u provjeri osobnih sposobnosti sudionika, općenito se nastoji organizirati aktivnosti više puta tjedno, da očekivani rezultat unapređenja sposobnosti i stupnja zdravlja bude veći i što brži.

Redovni programi naših udruženih članica i Saveza su: rekreacijsko natjecanje lokalnog tipa (sportske igre poduzeća), satovi rekreacijskog vježbanja po izboru aktivnosti (nogomet, odbojka ...), poduka početnika (plivanje, tenis, skijanje itd.), klasični oblici vježbanja i satovi raznih vrsta aerobike uz vodstvo stručnjaka, individualno vježbanje koje odabire pojedinac i specijalni tj. ciljani programi namijenjeni osobama sa smanjenim stupnjem zdravlja, organizirani i medicinsko programirani aktivni odmor. Ovi programi nadopunjuju se izletničkim, jednodnevnim i višednevnim oblicima boravka i organiziranim aktivnostima. Stručni rad i vođenje aktivnosti vrše treneri sportske rekreacije, viši treneri, visokostručni kadrovi i kadrovi postdiplomskog studija, koji se permanentno stručno osposobljavaju kroz zasebne tečajeve, zatim na visokoškolskim ustanovama tj. na Fakultetu fizičke kulture. Organizacijski oblici naših udruženih članica Saveza su društva sportske rekreacije i ogranci (neregistrirane grupe pri poduzećima, mjesnim odborima itd.), a udružuju se u općinske, gradske i županijske saveze (s minimalno tri udruge). Organizirani sadržaji aktivnosti provode se u više od 500 aktiva-ogranaka, odnosno oko 100 društava ili Saveza, te je u njih uključeno oko 300.000 aktivnih sudionika, građana Hrvatske.

Značajnije republičke manifestacije su: «Festival sportske rekreacije Hrvatske», «Ožujski susreti žena», «Teniski rekreacijski europski Festival», «Rekreacijski Festival u kuglanju i stolnom tenisu», Sekcija sportske rekreacije na «Ljetnim školama pedagoga fizičke kulture», sudjelovanje u svjetski akcijama «Svjetski dan sporta» i «Svjetski dan pješčenja».

Naredne 2001. godine najznačajnija manifestacija je domaćinstvo međunarodnog

**6. EUROFESTIVALA «Sport-zdravlje» CESS-a u Poreču, 20. – 24. lipnja**, smotra rekreativaca Europe, a posebno vjerujemo i u sudjelovanje sudionika iz susjedne nam prijateljske Slovenije.





00000310002









Športna rekreacija postaja na prehodu v novo tisočletje vse pomembnejša sestavina sodobnega življenjskega sloga. Temu primerno se povečuje raznolika ponudba športnih programov, uporabniki postajajo zahtevnejši in izbirčnejši, strokovna spoznanja številčnejša in želja po izmenjavi strokovnih mnenj in izkušenj vse večja...

Zato smo zasnovali »Slovenski kongres športne rekreacije«, strokovno srečanje namenjeno vsem ljubiteljskim in poklicnim prirediteljem športno-rekreativnih dejavnosti, ki želijo izmenjati in deliti svoje strokovne ter poslovne izkušnje s kolegi.