

ZDUS: KOMISIJA ZA ŠPORT, REKREACIJO, IN GIBALNO KULTURO

KREATIVNE DELAVNICE VODSTEV DU in PZDU

GIBALNA KULTURA, REKREACIJA IN ŠPORTNE AKTIVNOSTI

PROGRAMSKO LETO 2015

VSEBINSKA PODROČJA DELA V DRUŠTVIH UPOKOJENCEV

Matoh Janez

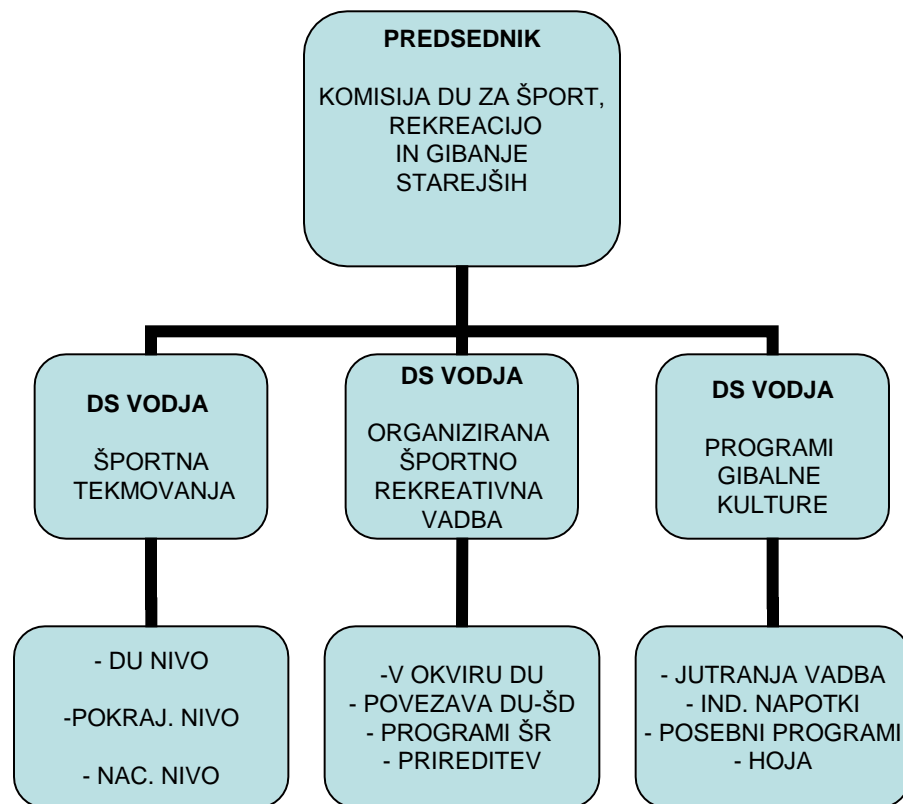
HOTETI

ZNATI

MOČI

Najdi svoj nasmehi!

Organiziranost komisije za šport, rekreacijo in gibanje starejših v DU



Nacionalni center ŠRG - starejših



Najdi svoj nasmehi!

Programi rekreacije v DU

- Lastni izbor panog
- Lastno organiziranje
- Lastno izvajanje programov
- Narava – težišče okolja izvajanja
- **Osnove programske ponudbe**
- Pohodništvo
- Kolesarjenje
- Nordijska hoja
- Dnevna organizirana splošna vadba
- Recept za zdravo življenje s športom
- Množične prireditve
- Drugi sezonski programi
- **Povabilo k sodelovanju**
- Upokojeni prof. športne vzgoje

Najdi svoj nasmehek!

- **DS organizirana vadba rekreacije – praviloma okolja ŠD (sekcije starejših)**
- a/vadba – tekmovalci
- b/vadba - rekreativci
- **Programi vadbe v okviru DU**
- Pohodništvo
- Nordijska hoja
- Kolesarjenje
- Tek, hoja na smučeh
- Dnevna splošna vadba
- Recept za zdravo življenje s športom
- Drugi programi v naravi
- **Programi v partnerstvu DU – ŠD**
- Dogovori z ŠD za organizirano vodeno vadbo za starejše
- Sekcija v ŠD (vadbe v zaprtih prostorih, igriščih in naravi)
- Oblikovanje programov – vrste: standardno, sezonsko; po starostnih skupinah in zmogljivostih; motivacijski programi - testiranje, vadba, nastopi

Programsko partnerstvo DU-ŠD

- Izvedba ankete v okolju DU
- Interes članstva
- Želje članstva
- Pobuda DU za programsko ponudbo s strani ŠD
- Razvoj partnerstva
- Sekcija seniorji v ŠD
- Sodelovanje na prireditvah
- Usposabljanje upokojencev za vodenje vadbe
- Upokojenci člani ŠD
- Kandidatura za občinska sredstva - športna rekreacija

Najdi svoj nasmehi!

- **DS športna tekmovanja**
- Nabor panog
- Pravila tekmovanj
- Koledar tekmovanj
- Razpisi
- Financiranje
- Organizacija tekmovanj
- Nove tekmovalne discipline na nivoju DU (promocije)
- Vadba - tekmovalci
- Poročila, statistike
- Letne analize
- Usposabljanje organizatorjev

Najdi svoj nasmehi!

- **DS programi gibalne kulture**
- Programi: individualni napotki za gibanje v domačem okolju, vzpodbujevalni programi hoje, skupinska jutranja vadba, individualna vadba za starejše z omejenimi gibalnimi funkcijami
- Nabor programov z gradivi za izvajanje
- Programi usposabljanja prostovoljcev za obiske na domu
- Povezave s strokovnimi terapevtskimi sredinami v domovih za starejše
- Oblikovanje informacij za koristnike
- Evidentiranje primerov dobre prakse in njih promocije

Usposabljanje strokovnih kadrov

- Animatorji
- Organizatorji
- Izvajalci
- **Področja:**
- Športna tekmovanja: organizatorji, izvajalci programov
- Rekreacija: animatorji, organizatorji, izvajalci programov
- Gibalna kultura: animatorji, organizatorji, izvajalci programov
- **OPREDELITEV PRIORITET ZA POTREBE VAŠEGA DU**

SISTEMSKE NOVOSTI !

Najdi svoj nasmehi!

- **SPREJET NACIONALNI PROGRAM ŠPORTA –RS- 2014-2023**
- **SPREJET IZVEDBENI NAČRT PROGRAMA 2014-2023**
- **NORMATIV 60 ur LETNO (2 x 1 ura tedensko) po upokoјencu**
- **ORGANIZIRANA VADBA : BREZPLAČNO !**
- **STROKOVNO VODENJE : ŠD (pogojno tudi DU)**
- **PROGRAMSKE KANDIDATURE na LOKALNO SKUPNOST**

ZA VODILNE DELAVCE V DRUŠTVIH UPOKOJENCEV SLOVENIJE

PODROČJE DELA:

GIBALNA KULTURA, REKREACIJA IN ŠPORT --- TELESNA KULTURA STAREJŠIH

VSEBINSKO KAZALO:

- 1./ CILJNE SKUPINE
- 2./ ORGANIZIRANOST
- 3./ INFORMIRANOST IN PROMOCIJA
- 4./ VSEBINSKA PODROČJA
- 5./ PARTNERSTVA IN POVEZAVE
- 6./ IZVAJALSKI POGOJI V POSAMEZNIH OKOLJIH
- 7./ KADRI ZNANJE IN USPOSOBLJENOST
- 8./ PRIDOBIVANJE PROSTOVOLJSKE ENERGIJE
- 9/ NAČRTOVANJE
- 10./ FINANSIRANJE IN VIRI
- 11./ URAVNAVANJE VSEBIN PO MERI ČLANSTVA

**NACIONALNI PROGRAM ŠPORTA RS
2014-2023**

Šport starejših

Janez Matoh

FESTIVAL ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

30.9.2014