

ZAKAJ SE MOČNO BRCATI V RIT?



TADEJA BRANKOVIČ

KOMPETENCE

DELAVNE NAVADE

SAMOSTOJNOST

DOSLEDNOST

ODGOVORNOST

**NAUČITI SE
SPREJEMATI
NE-USPEHE**

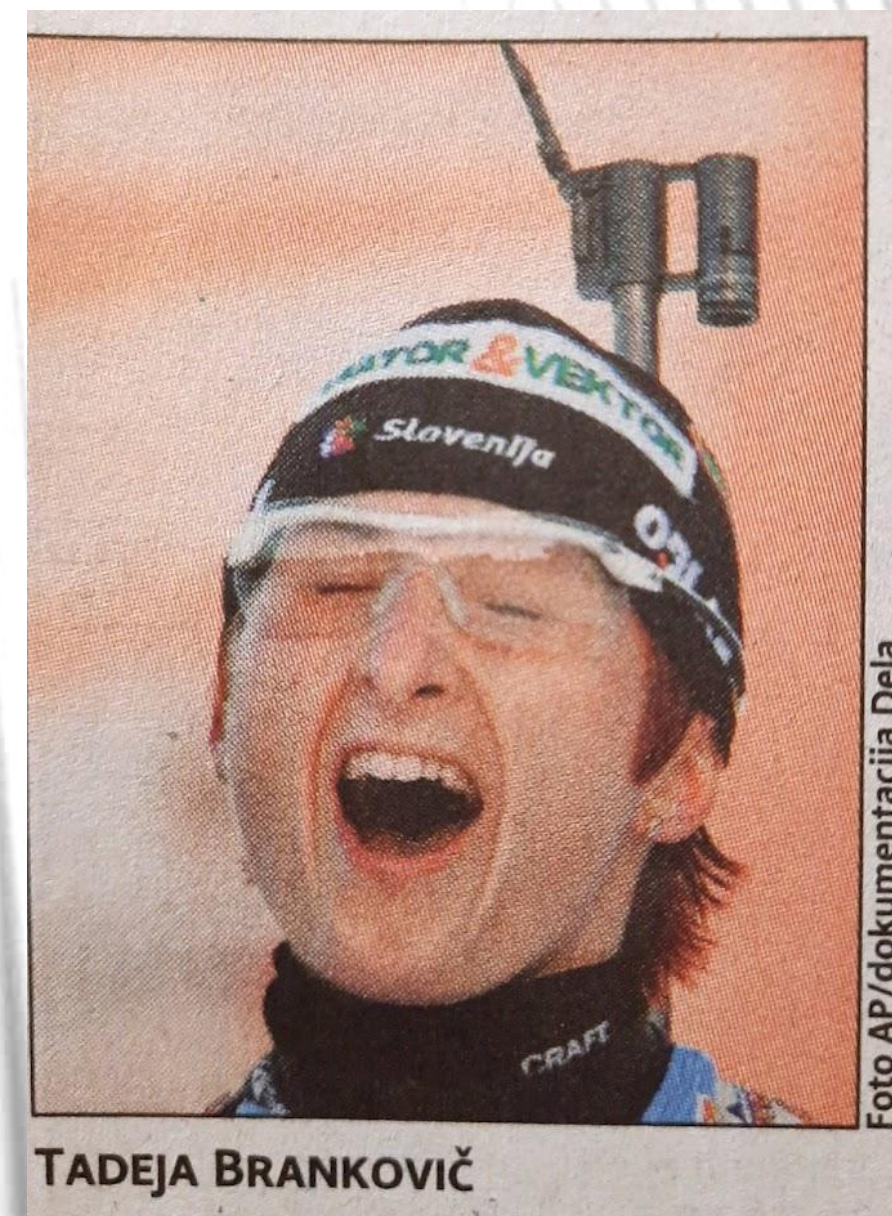
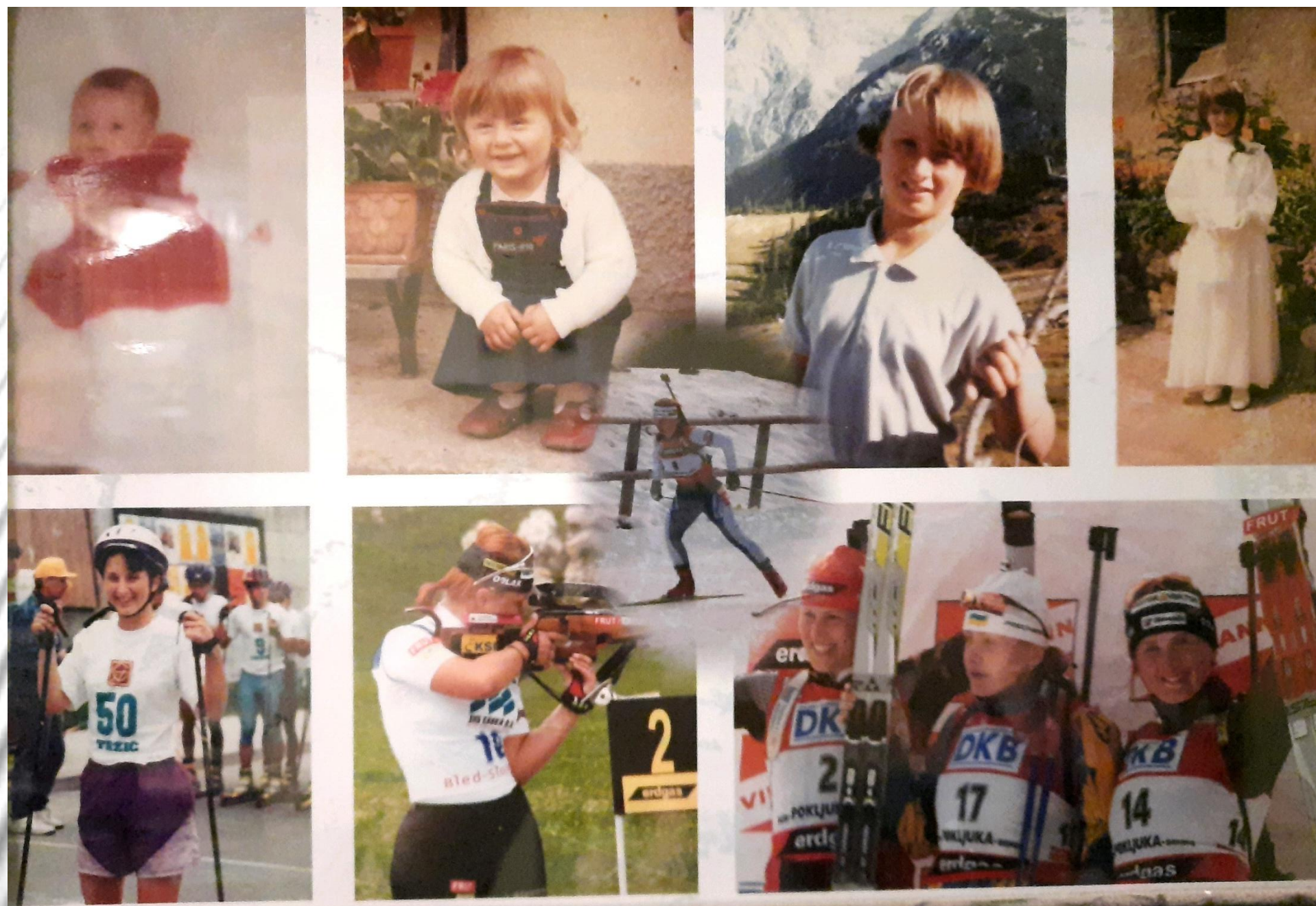
SAMOINCIATIVNOST

VZTRAJNOST

**FOKUS, RUTINA,
SPREJEMATI
IZZIVE**

FLEKSIBILNOST

LEDENA GORA



TADEJA BRANKOVIČ

Foto AP/dokumentacija Dela

1. OLIMPIJSKE IGRE

NAGANO 1998 - JAPONSKA



MLADO DEKLE Z VELIKIMI OČMI

2. OLIMPIJSKE IGRE

SALT LAKE CITY 2002 - ZDA



POLNO PRIČAKOVANJ IN UPANJA

3. OLIMPIJSKE IGRE

TORINO 2006 – ITALIJA



ČUSTVENE IGRE



4. OLIMPIJSKE IGRE

VANCOUVER 2010 - KANADA



NAJSLAJŠE IN NAJTEŽJE

KDO JE MENE BRICAL V RIT?



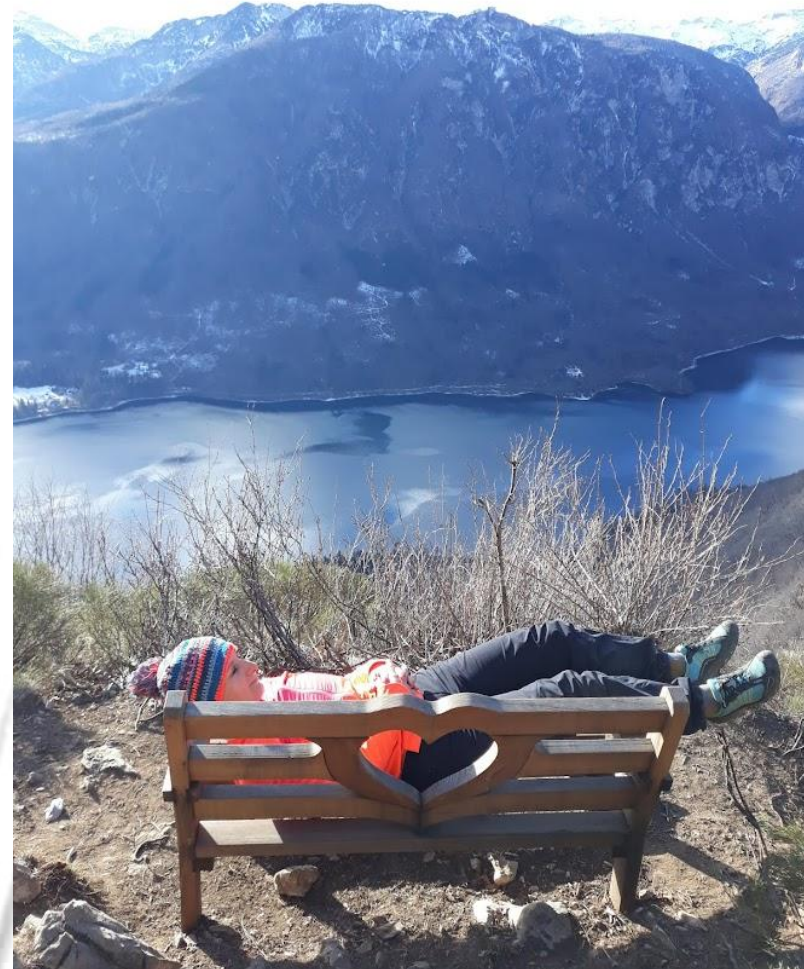
KOGA PA JAZ BRCAM V RIT?



KAKŠNE SO RAZLIKE?



**GIBANJE IN
IGRA**



REKREACIJA



ŠPORT

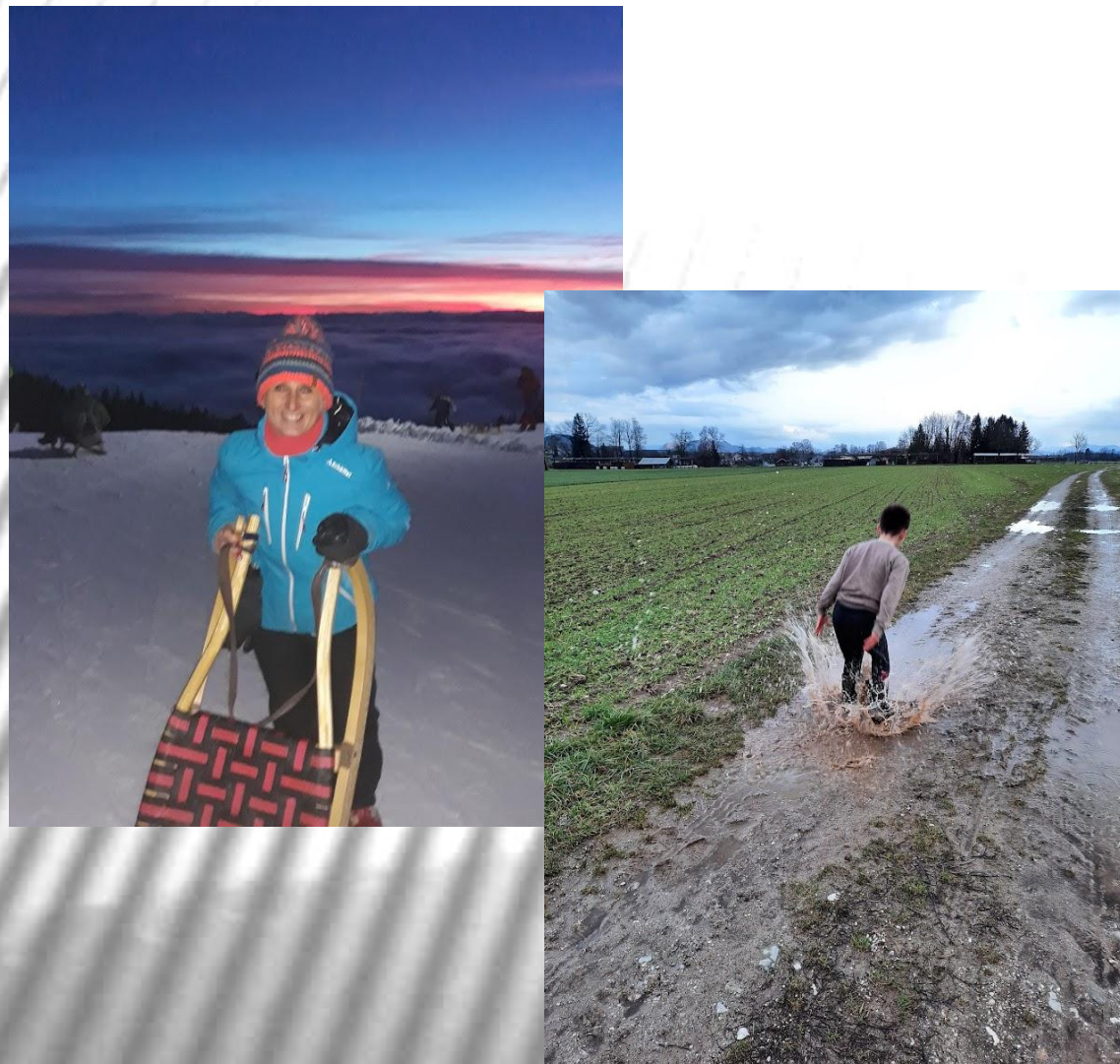


**VRHUNSKI
ŠPORT**

RAZLIKA MED GIBANJEM IN ŠPORTOM?

KAJ JE GIBANJE?

“telesna dejavnost z namenom ohranjati telesne sposobnosti”



KAJ JE ŠPORT?

“po ustaljenih pravilih izvajanja telesna dejavnost za krepitev telesne zmogljivosti, tekmovanje, razvedrilo”



RAZLIKA MED REKREACIJO IN VRHUNSKIM ŠPORTOM?

KAJ JE REKREACIJA?

“dejavnost, s katero se človek telesno, duševno sprosti in okrepi”

ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU



KAJ JE VRHUNSKI ŠPORT?

“za katerega je potrebna največja izurjenost, znanje na določenem področju in športu”



VAM JE ZNANA TA SITUACIJA ?



KAJ DOBITE?

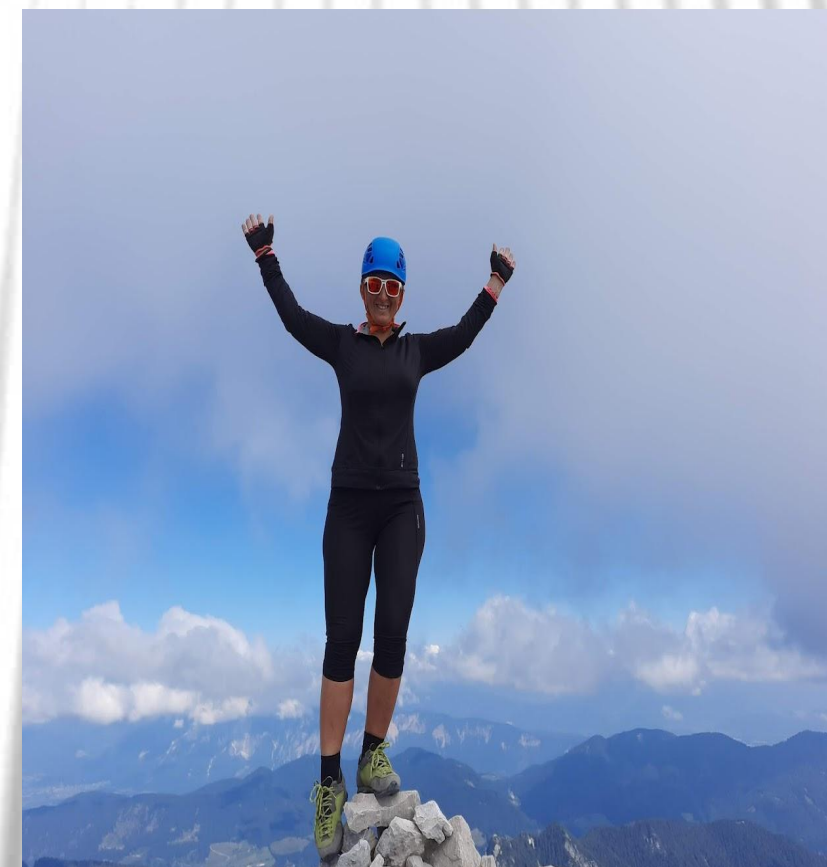
VSAK TRUD JE VEDNO POPLAČAN



NOVE IDEJE



**SREČO
ZADOVOLJSTVO
KVALITETO
ŽIVLJENJEA**



**MOTIVACIJO,
ENERGIJO,
MOČ**



**ZMAGE
IN
PORAZE**

ZA – KAJ SE BRCATI V RIT?

BOLJŠE POČUTJE

**NOVA
ENERGIJA,**

ODKLOP

**PREDIHAMO
ČUSTVA, STRES**

**BOLJŠA
KVALITETA
ŽIVLJENJA**

**BOLJŠA
ODPORNOST
TELESA**

**OHRANJAMO
VITALNOST**

SKRB ZASE

VSAK GIB ŠTEJE

KAKO SE BRCATI V RIT?

**PRIKLIČEŠ SI +
OBČUTEK, SPOMIN**

**IZBEREŠ
AKTIVNOST**

**KVALITETNO
PREŽIVET ČAS**

**POKLIČEŠ
PRIJATELJA**

IMAŠ CILJ

**MOTIV
NAGRADE,
KLJUKICE**

PLAČAŠ STARTNINO

IZZIV

**SKUPAJ Z
DRUŽINO**

KAJ SI LAHKO REČETE?

TOP BO!

PIŠKOT BO
TVOJA
NAGRADA

NE ZAFRKNI
PRIJATELJEV

DVIGNI RIT!

BODI VZOR!

DEJ DEJ, VSAJ
MALO!

**NE FUTRAJ SI
SLABE VESTI!**

...IN DAN SE
LAHKO
ZAČNE...

A NIČ NE BOŠ
NAREDIL-A
ZASE?

KO OTROK NOČE NA GIBANJE

KAKŠEN VZOR STE MU?

**POTREBUJE
MOTIVACIJO?**

NAGRADA?

IMA DRUŽBO?

“NE DA SE MU”

**KAKŠNA JE
NJEGOVA
SAMPODOBA?**

IMA MOŽNOST IZBIRE?

**JE MORDA
UTRUJEN?**

**SE SLABO POČUTI?
(IZGOVOR)?**

KAJ PA KO OTROK **NOČE** NA TRENING?



**SE MU NE DA,
JE UTRUJEN?**

NIMA DRUŽBE?

**GA
“ZAFRKAVAJO”
NA TRENINGU?**

**IMA IZGOVOR,
SLAB DAN?**

**KAKO SE
POČUTI NA
TRENINGU?**

**IMA DELO ZA
ŠOLO?**

GA KAJ SKRBI?

**NIMA
MOTIVACIJE?**

**IMA STRAH
PRED
TRENINGOM /
TEKMO?**

KAJ OTROKE MOTIVIRA?

VSACEGA OTROKA SE DA MOTIVIRATI



[Empty text box]

[Empty text box]

[Empty text box]

• UZI
TE
K
IN
SE
OST
• COA
• DEJ
•

KAJ MORAMO STARŠI SPREMLJATI?

- **Ali otrok še vedno lahko opravi vse šolsko delo?**
- **Ima otrok dovolj počitka?**
- **Ali otrok še vedno uživa v športu?**

NI SAMO MEDALJA REZULTAT



KOMPETENCE
DRUŽENJE
NOVO UČENJE
PRIJATELJI
IZZIVI
PREMGOVANJE OVIR



PETA OLIMPIJADA



BRCAJTE SE V RIT ZNOVA IN ZNOVA!



VIRI

- ▣ ARHIV (Tadeja Brankovič)
- ▣ Google photo