



NAVODILA ZA INŠTRUKTORJE IN OCENJEVALCE

*Bodite del nečesa
velikega!*

*Vključite se v program
MEPI in si zapomnite, da
je mladim lahko dostopen
le z Vašo podporo!*

Brošura podaja osnovne podatke o tem, kaj vključuje delo inštruktorja ali ocenjevalca Programa MEPI na področju rekreativnega športa. Kaj je Program MEPI, pa si lahko preberete na zadnji strani ali na spletnih straneh: www.mepi.info

Namen področja rekreativnega športa je spodbujanje mladih, da se lotijo in uživajo v športni rekreaciji v upanju, da vodi v način življenja in spodbuja samodisciplino, vztrajnost in motivacijo.

Cilj je spodbuditi in pokazati napredek z izboljšanjem lastnih psihofizičnih sposobnosti.

NEKAJ SPLOŠNIH DOLOČITEV

Naloga inštruktorja je inštruiranje, svetovanje in spodbujanje udeleženca k povečanju znanja, spretnosti o izbrani dejavnosti. To se lahko izvaja redno s formalnimi oblikami, kot so učilnice ali pa na bolj neformalne načine, če je potrebno.

Na vsaki od treh stopenj udeleženec skupaj z voditeljem izbere določeno dejavnost na vseh štirih področjih (služenje, veščine, rekreativni šport in odprave) in sledi minimalno predpisanemu časovnemu obdobju. Le ta je odvisen od posameznega področja, ki se giblje med 3 in 6 meseci na bronasti, 4 in 12 na srebrni in 5 in 18 na zlati stopnji, z izjemo odprav, ki zahtevajo od 2 do najmanj 4 dneve, odvisno od stopnje.

Na zlati stopnji pa sledi še dodatna zahteva, ti. projekt neznan prijatelj, ki poteka najmanj 5 dni.

Vsak udeleženec ima osebni indeks oz. »Record Book«, v katerega ocenjevalec oz inštruktor zabeleži napredek v izbrani dejavnosti. Opisno oceno posameznikovih dosežkov zapiše, ko so zahteve izpolnjene. Neuspeh se ne beleži! Če udeleženec določenih zahtev ne izpolni v predpisanem času, se mu le ta lahko podaljša, dokler jih ne bo dosegel. Paziti je potrebno le, da bo dejavnost dokončal najkasneje do 25 leta starosti.!

Udeleženci se lahko dejavnosti lotijo v prostem času, kot del izvenšolskih dejavnosti, ali pa delujejo kot svoja skupina. Kljub temu pa se ocenjuje posameznika in ne skupine. Udeležba pri



*Bodite del nečesa
velikega!*

*Vključite se v program
MEPI in si zapomnite, da
je mladim lahko dostopen
le z Vašo podporo!*

Rekreativni šport

izbrani dejavnosti posameznega področja na šoli ali fakulteti se lahko šteje le, če je izpolnjeno zadostno število ur izvenšolskih dejavnosti ter so ostale potrebne zahteve izpolnjene.

KVALIFIKACIJE

Kompetenca, primerna stopnji MEPI-ja, je seveda nujna v posamezni aktivnosti. Vendar pa formalne kvalifikacije za inštruktorja ali ocenjevalca niso potrebne, razen pri določenih dejavnostih., ki so lahko življenjsko ogrožajoče.

OSNOVNE ZAHTEVE

Znotraj tega področja se lahko udeleženec loti novo izbranega športa ali pa nadaljuje s športom, ki ga že opravlja.

Udeleženci morajo:

- redno voditi osebni dnevnik (kratko in jedrnato) glede časa in vsebine udeležbe na dejavnosti,
- izpolniti vse navedene zahteve
- pokazati redno udeležbo, predanost in trud,
- izboljšati osebne sposobnosti glede na začetno znanje in zmožnosti,
- izboljšati telesno pripravljenost, izpopolniti zavedanje o možnih nevarnostih, o tehnikah in o pravilih izbranega športa.

Redno udeležbo v dejavnosti lahko preložijo v času, ko so npr. šolski izpiti, bolezen oz. kakršnakoli situacija, ki udeležbo nehote onemogoča .

ČASOVNI OKVIR

Potem ko so izbrali vrsto rekreativnega športa, jo morajo opravljati v predpisanem časovnem obdobju :

	Bronasta	Srebrna	Zlata
	3 mesece	6 mesecev	12 mesecev
PLUS	Vsi udeleženci morajo opraviti še dodatne 3 mesece ali na področju prostovoljnega dela ali športa ali veščin.	Direktni vstopniki na srebrno stopnjo morajo opraviti še dodatnih 6 mesecev ali na področju prostovoljnega dela ali športa ali veščin.	Direktni vstopniki na zlato stopnjo morajo opraviti še dodatnih 6 mesecev ali na področju prostovoljnega dela ali športa ali veščin.

IZBIRA DEJAVNOSTI REKREATIVNEGA ŠPORTA

Mnogi udeleženci bodo potrebovali nasvete in pomoč pri odločanju za športno dejavnost.

Na voljo je širok spekter dejavnosti rekreativnega športa. Spisek možnih dejavnosti je podan na koncu tega poglavja. Spisek ni popoln in zaključen, ampak ima le namen, da pokaže nekatere možnosti, ki so dostopne na tem področju.

NAVODILA IN SVETOVANJE

Kot inštruktor morate imeti precej obsežno znanje o aktivnosti. Za določene dejavnosti, kot so vodni športi, plezanje in podobne življenjsko ogrožajoče dejavnosti pa morate imeti ustrezno kvalifikacijo.

- Z udeležencem se najprej pogovorite o izbrani aktivnosti, da ocenite kakšne so njegove sposobnosti.
- Pomagajte mu pri zastavljanju realnega cilja, ki temelji na trenutnem znanju, poznavanju aktivnosti, potencialu in ustrezni stopnji.
- Zastavljen cilj naj udeleženec zapiše v svoj dnevnik in podpišite se za vsak njegov obisk. Tako boste lažje nadzorovali celoten potek udeleženčevega udejstvovanja in napredka na izbrani dejavnosti.
- Za nadzor samega napredka udeleženca je priporočljivo tudi, da izvajate vaše inštrukcije in svetovanja redno, med dejavnostjo.

*Bodite del nečesa
velikega!*

*Vključite se v program
MEPI in si zapomnite, da
je mladim labko dostopen
le z Vašo podporo!*

Rekreativni šport



OCENJEVANJE IN BELEŽENJE

Ocenjevalec je odgovoren za nadzor in ovrednotenje udeleženčevega napredka glede na njegove zmožnosti na katerih je dejavnost pričel. Ocenjevalec oceni tudi udeleženčev trud in stopnjo predanosti.

Na bronasti in srebrni stopnji lahko inštruktor deluje kot ocenjevalec. Na zlati stopnji naj ocenitev izvede neodvisna oseba s primernim znanjem o aktivnosti.

Za vas kot inštruktorja (in ocenjevalca) to seveda pomeni, da si za celoten proces pomoči vzamete dovolj časa.

Seveda je znotraj časovnega obdobja možna prilagodljivost, tako da se izvrševanje dejavnosti lahko izvede v časovnem obdobju, ki vam in udeležencu najbolj ustreza.

Ocena napredovanja udeleženca se mora izvajati ob koncu minimalnega predpisanega časa. V mnogih primerih je inštruktor najboljša oseba za ocenjevanje. Vendar je v nekaterih primerih (predvsem na zlati stopnji) priporočljivo, da to stori neodvisni ocenjevalec. Ocenjevalec mora imeti dovolj osebnega znanja o dejavnosti.

Ocenjevalec naj oceno poda, ko je udeleženec:

- izpolnil vse navedene zahteve,
- dosegel zastavljen cilj
- pokazal zadostno predanost, odgovornost, trud in vztrajnost,
- primerno napredoval glede na lastne zmožnosti.

V indeks beležite takrat, ko so zahtevani pogoji izpolnjeni, in ko ste zadovoljni z udeleženčevim delovanjem.

V nasprotnem primeru v indeks ne pišite ničesar, in udeleženec naj znova začne/nadaljuje z opravili.

Torej, spodbudite ga, naj v tem primeru ne odneha! Ocena je vedno opisne narave.

*Bodite del nečesa
velikega!*

*Vključite se v program
MEPI in si zapomnite, da
je mladim lahko dostopen
le z Vašo podporo!*

Rekreativni šport



*Bodite del nečesa
velikega!*

*Vključite se v program
MEPI in si zapomnite, da
je mladim labko dostopen
le z Vašo podporo!*

Rekreativni šport

Primer zapisa ocene v indeks

Št. 1

BRONASTO PRIZNANJE - rekreativni šport

<i>Vrsta rekreativnega športa</i>	<i>badminton</i>
<i>Datum pričetka</i>	<i>5. 3. 2005</i>
<i>Datum zaključka</i>	<i>1. 7. 2006</i>

Poročilo ocenjevalca. (Podajte podatke o prisotnosti na treningih in/ali igranih tekmah, splošni izvedbi, zavzetosti in izboljšanju.)

Maja je badminton redno igrala v lokalnem Mladinskem klubu - vsaj enkrat tedensko. V dobrih 3 mesecih se je njena igra znatno izboljšala in dodobra je spoznala pravila.

Potrdujemo, da je udeleženka pokazala napredek in je osvojila znanje o pravilih, varnostni in poznavanju vsebovanih nevarnosti.

Podpisan: Stane Brezar

Datum: 8. 7. 2006

Vloga: trener badmintona

Št. 2

SREBRNO PRIZNANJE - rekreativni šport

<i>Vrsta rekreativnega športa</i>	<i>nogomet</i>
<i>Datum pričetka</i>	<i>sept. 2005</i>
<i>Datum zaključka</i>	<i>jan. 2006</i>

Poročilo ocenjevalca. (Podajte podatke o prisotnosti na treningih in/ali igranih tekmah, splošni izvedbi, zavzetosti in izboljšanju.)

Pavel je za svojo šolsko ekipo igral od septembra in se redno udeleževal treningov po šoli, ter tekem ob sobotah. Vzel si je čas in se posvetil šibkim lastnostim ter izboljšal celotno izvedbo. Zagotovil si je mesto kot pomemben član ekipe.

Potrdujemo, da je udeleženec pokazal napredek in je osvojil znanje o pravilih, varnostni in poznavanju vsebovanih nevarnosti.



Podpisan: Lojze Črešnik

Datum: 21. 1. 2006

Vloga: učitelj telesne vzgoje

POVZETEK CELOTNEGA PROCESA

*Bodite del nečesa
velikega!*

REKREATIVNI ŠPORT

- izbor vrste rekreativnega športa
 - z voditeljem določi dejavnost
 - z inštruktorjem določi cilj
- posamezno stopnjo zaključi v predpisanem času
 - izpolni predpisane pogoje
 - je vseskozi osebno predan, vztrajen se trudi, pokaže napredek
 - zapisuje potek dejavnosti v dnevnik
- ovrednotenje in vpis v indeks dosežkov (ocenjevalec)

SPISEK MOŽNIH DEJAVNOSTI REKREATIVNEGA ŠPORTA

Atletika in sorodne dejavnosti

Atletika, gimnastika, ohranjanje kondicije, orientacija, tek, skoki, fizična storilnost.

Ples

Balet, step, folklorni plesi, disko plesi, standardni in latino plesi.

Borilne veščine

Aikido, judo, karate, kendo.

Igre z loparjem

Badminton, tenis, squash, namizni tenis.

Ekipne igre

Vse igre vključno z: baseballom, košarko, rokometom, nogometom, hokejem, odbojko, ragbijem, vaterpolom.

Vodni športi

Kanu, potapljanje, veslanje, jadranje, deskanje, plavanje, vodno smučanje.

Rekreativni šport



Razno

Lokostrelstvo, kegljanje, jamarstvo, kolesarjenje, sabljanje, golf, padalstvo, jahanje, gorsko plezanje, rolkanje, kotalkanje, smučanje, dviganje uteži, rokoborba, joga.

Za morebitne dodatne informacije in pomoč se obrnite na matično organizacijo udeleženca.

*Bodite del nečesa
velikega!*

*Vključite se v program
MEPI in si zapomnite, da
je mladim lahko dostopen
le z Vašo podporo!*

Rekreativni šport



Zapomnite si, program MEPI je mladim lahko dostopen le z Vašo podporo!

§

Več kot 5 milijonov mladih v več kot 120 državah sveta je trenutno vključenih v Program MEPI. Tega so zmožni le zaradi podpore in spodbude odraslih prostovoljcev, ki nastopajo kot inštruktorji in ocenjevalci v posameznih dejavnostih.

§

NEUSPEH JE NEKAJ, ČESAR PROGRAM MEPI NE POZNA! TUDI ČE PRIZNANJE NI DOSEŽENO, ŽE SAMA UDELEŽBA PRINAŠA NOVE PRIJATELJE, NOVE IZZIVE, ZNANJA, IZKUŠNJE IN NOVE DOGODIVŠČINE!

§

Bodite del nečesa velikega! Vključite se v Program MEPI in si zapomnite, da je mladim lahko dostopen le z Vašo podporo!



Rekreativni šport



Opis Programa MEPI - Mednarodno priznanje za mlade

Mednarodno priznanje za mlade, krajše MEPI, je program, ki mladostnike spodbuja k dejavnemu in ustvarjalnemu preživljanju prostega časa. Program je leta 1956 v Veliki Britaniji vpeljal vojvoda Edinburški, soprog kraljice Elizabete II. In ga razširil po svetu. V Sloveniji se je začel razvijati leta 1999 v okviru nevladne mladinske organizacije, kasneje pa je bilo ustanovljeno Društvo MEPI, ki deluje kot sedež nacionalnega odbora.

Cilj programa je razvoj samopodobe in družbenega zavedanja mladega človeka z udeležbo na različnih interesnih področjih. Z uravnoveženim spletom prostovoljnih, izobraževalnih, športnih in pustolovskih dejavnosti pomaga k osebni rasti mladih.

Dostopen je vsem mladim od 14. do 25. leta, ne glede na fizične in umske sposobnosti, spol, etnično pripadnost, versko ali politično prepričanje, socialno okolje ter ostale osebne okoliščine.

Udeležba je popolnoma prostovoljna; vsak udeleženec je popolnoma svoboden pri izbiri dostopnih možnosti znotraj štirih področij, navedenih spodaj. Kriterij za pridobitev priznanja je izboljšanje sposobnosti udeleženca, doseženo z njegovo vztrajnostjo. Vsak napreduje po lastnih zmožnostih in tekmuje le sam s seboj.

Program je sestavljen iz:

- štirih področij: večine, rekreacija, prostovoljno delo in odprava;
- treh stopenj priznanj: bronasto (za tiste nad 14 let), srebrno (nad 15 let) in zlato (nad 16 let)
- in dodatne zahteve na zlati stopnji: Projekt neznan prijatelj.

Minimalna udeležba v programu je 6 mesecev za bronasto stopnjo, dodatnih 6 mesecev za srebrno in dodatnih 12 mesecev za zlato stopnjo. Ob uspešni izpolnitvi udeleženci na slovesni prireditvi prejmejo priznanja, ki so za vse lep in trajen ter koristen spomin na novo pridobljene izkušnje v času izvajanja Programa.

*Bodite del nečesa
velikega!*

*Vključite se v program
MEPI in si zapomnite, da
je mladim lahko dostopen
le z Vašo podporo!*

Rekreativni šport