



VESLAČKI KLUB – „PALIĆ“ – EVEZŐS KLUB

Omladinski park 1, 24413 Palić, Srbija

tel: + 381 (0)24 753 311, mob: +381 (0)60 753 3111

matični broj: 08121869 PIB: 102388361

računi: 325-9500600015565-12 (osnovni), 325-9500600015567-06 (namenski) Vojvođanska banka

POD PROGRAM RAZVOJA SPORTISTA MLAĐIH UZRASTA – PRED VESLAČKI PROGRAM 3.-5. razred

Pregled programskih stavki

- Početak pod programa: mart 2025
- Trajanje pod programa: ciklusi od 6 meseci
- Ciljna grupa: deca 9-11 godina (3. - 5. razred)
- Cilj pod programa: omasovljavanje veslačkog sporta
upoznavanje dece sa sportskim osnovama, priprema za dalje sportsko usavršavanje, pre svega ka veslačkom sportu.
Stvaranje zdravih navika kroz razvoj opštih motoričkih sposobnosti, sa naglaskom na usmerenje na veslački sport.
Razvijanje sportske svesti kao i usvajanje sportske discipline kroz sportsko-pedagoški rad
U saradnji sa stručnim trenerima, savladavanje osnova plivanja.
Aktivno uvođenje u tehniku veslanja
- Mesto održavanja: Veslački klub Palić,
razne drugi sportski objekti adekvatni nameni pod programa (lokalna fiskulturna sala, gradski bazen)
otvoreni prostori – Palićko jezero, parkovi i sportski tereni u lokalnim mesnim zajednicama zainteresovanih sportista
- Potrebna oprema: Osnovna oprema za rani sportski razvoj dece i razvoj opštih motoričkih sposobnosti: kapice, markeri, čunjevi, lopte raznih dimenzija, obruči, mobilne prepreke, koordinacione merdevine i krugovi, elastične gume za vežbanje, vijače, steperi, strunjače
- Lica koja učestvuju u pod programu:
Denis Kozma, strukovni trener u sportu
Hajnalka Vince, trener
Edmond Čipak, operativni trener veslanja
Anita Feher, pedagog
ostala lica po potrebi, u zavisnosti od veličine grupa
- Opis programa:



VESLAČKI KLUB – „PALIĆ“ – EVEZŐS KLUB

Omladinski park 1, 24413 Palić, Srbija

tel: + 381 (0)24 753 311, mob: +381 (0)60 753 3111

matični broj: 08121869 PIB: 102388361

računi: 325-9500600015565-12 (osnovni), 325-9500600015567-06 (namenski) Vojvođanska banka

Kroz redovan trenažni program i generalno celokupan rad VK Palić u periodu od 2000. godine do danas, uočeni su zabrinjavajući trendovi kod dece sportista:

1. Trend opadanja broja sportista

Uzroke ovog trenda možemo podeliti na socijalno-geografske i opšte-kulturne uzroke.

Generalno smanjen priraštaj stanovništva, kao i ekonomske migracije dovele su do toga da se populacija dece smanjila u lokalnoj zajednici. Pored toga, specifičnost veslačkog sporta – povezanost sa vodenom površinom gde se vrše treninzi, sa relativno lošom saobraćajnom povezanošću sa lokalnim naseljima doprinosi da se mali broj dece (i roditelja) odlučuje za veslački sport.

Kako bi savladali ove prepreke, ovaj pod program će primarno alocirati mesto održavanja, prema potrebama učesnika – lokalne sportske sale u mesnim zajednicama zainteresovane dece, te parkovima i ostalim adekvatnim otvorenim površinama u lokalnoj zajednici.

U slučaju specijalizovanih treninga – angažovali bi smo sopstveno kombi vozilo da preveze decu do potrebnih lokacija – VK Palić, sportski bazen i slično.

2. Trend niskih sportskih sposobnosti kod dece mlađeg uzrasta

Uzroke ovog trenda nalazimo u smanjenom fizičkom pokretu kod dece, prvenstveno zbog upotrebe modernih tehnologija, koji obuzimaju veliki deo života kod dece. Smanjena fizička aktivnost dovodi do nedovoljno razvijenog morfološkog i mentalnog razvoja.

Sam program cilja na redovno i aktivno upražnjavanje fizičkog pokreta i razvoja kroz adekvatnu periodizaciju treninga, a samim tim stvara pedagoški momenat za razvoj discipline, motivacije i upornosti za fizički pokret.

Ceo pod program je zamišljen kao deo celine drugih pod programa – za decu 6-9 godina tj. predškolska deca i 1. i 2. razred, a učesnici bi bili aktivni članovi VK Palić.

U slučaju značajnog odaziva, formirane bi bile adekvatne grupe od 5-12 učesnika.

Učesnici koji prođu program i izraze interesovanje za nastavak rada pod okriljem VK Palić, dalji sportski rad bi se realizovao u okviru redovnog trenažnog programa, adaptiranog za ciljani uzrast.