

PREDGOVOR

Svjedoci smo da su borilačke vještine dostigle veliku popularnost u našem društvu, što se ogleda u velikom broju članova koji vježbaju u klubovima širom Republike Srpske i BiH. Najveći broj zainteresovanih opredjeljuje se za KARATE koji spada u jedan od najmasovnijih sportova na ovim prostorima. Takođe, primjećujemo da je starosna granica onih koji se opredjeljuju da treniraju ovaj sport spuštena na nivo polaska u osnovnu školu. Znači, najveći broj djece koja pokazuju interesovanje za borilačke sportove je u pionirskom uzrastu.

To je činjenica koja "obećava" ali isto tako stavlja pred trenerski kadar veliku obavezu u pogledu adekvatnog obrazovanja, stalnog stručnog usavršavanja i primjene nauke o fizičkoj kulturi u radu sa najmlađim. U ovom radu ću pokušati da stavim poseban akcenat na trening "djece i omladine" jer savremeni pogledi jasno ukazuju na potrebu prilagođavanja metoda i sredstava rada psihofizičkim razvojnim uslovima i specifičnostima uzrasta.

Uloga trenera u trenažnom procesu mladih sve se više smanjuje u smislu njegovog "fizičkog rada" u korist "umnog rada".

Ovim diplomskim radom pokušaću da predstavim rad jednog trenera od momenta kada dijete odluči da načini prve korake u ovom sportu pa sve dok ne položi za zeleni pojas, odnosno dok ne završi prvu fazu obuke tkz. "KARATE ŠKOLU".

Veliki dio ovog istraživanja zasniva se na ličnom iskustvu autora kroz dugogodišnji staž u ovom sportu, kako takmičara tako i trenera sa mlađim uzrasnim kategorijama.

Autor