

Zdravlje u Međimurskoj županiji**Sportska rekreacija u Međimurju – 2010**

Marijan Vugrinčić

Međimurski savez sportske rekreacije „Sport za sve“ djeluje na području Međimurske županije. U Savez je učlanjeno 36 udruga građana, poduzeća i jedinice lokalne samouprave.

Savez provodi sportsko-rekreacijske sadržaje. Kao osnovnu djelatnost kontinuirano tijekom cijele godine organizira redovne oblike rada, povremene oblike aktivnosti i nenatjecateljske oblike u koje se uključuje osim članova i veliki broj građana.

Uvođenjem suvremenih oblika i organizacionih formi prilagođenih materijalnim mogućnostima građana i ostalim uvjetima, ubrzali su razvoj sportske rekreacije u Međimurju.

Školovanjem zainteresiranih amaterskih kadrova za voditelje sportsko rekreativnih aktivnosti i aerobike, uspjelo se u svim općinama i većim mjestima formirati udruge za sportsku rekreaciju koje su kao osnovnu djelatnost uvele redovne oblike rada putem satova redovnog tjelesnog vježbanja po kompleksnom programu, ciljanim programima, po slobodnom izboru (odbojka, plivanje, pješačenje, vožnja bicikla) i satovi poduke početnika (učenje plivanja starijih osoba, nordijsko hodanje).



Cilj je Saveza stvoriti naviku kod građana svih dobnih skupina i oba spola da kontinuirano odlaze na organizirane redovne oblike tjelesnih aktivnosti provedenih od stručnih voditelja za pojedina područja.

Na prijedlog Saveza svake godine se u sve više sredina grade biciklističke i pješačke staze uz prometnice i rubne dijelove naselja te TRIM staze na koje se sve više uključuju stanovnici radi pješačenja, trčanja i vožnje bicikla. Još uvijek društvena zajednica ne vodi brigu za izgradnju i investicijsko održavanje sportsko rekreacijskih centara društvenog života građana, treba istaći slijedeće primjere:

Mjesto Plešivica broji 114 stanovnika i 34 domaćinstva. U mjestu nemaju dućan, kafić, crkvu, školu, ali imaju udruhu sportske rekreacije „Sport za sve“ čiji su članovi dobrovoljnim radom izgradili centar društvenog života koji omogućava korištenje usluga sporta svim žiteljima bez obzira na dob, spol i predispozicije za ostvarenjem sportsko-natjecateljskih vrhunskih rezultata. Ovo je jedinstven primjer u Hrvatskoj i šire da je udruga sportske rekreacije izgradila Centar slobodnog vremena na kome se nalaze staza za skijanje i sanjkanje, travnato nogometno igralište, igralište za odbojku na pijesku, TRIM staza, tereni za bacanje kamena s ramena, viseća kuglana, pikado, potezanje užeta, bacanje loptice u koš, bacanje krugova na štap i druge igre. Imaju plesni podij sa stolovima i klupama, sanitarni čvor, drvenu kućicu, ljetnu natkrivenu kuhinju sa šankom i podrumom. Uvedena je voda i struja tako da se osim sportsko-rekreativnih sadržaja održavaju i kulturno zabavne manifestacija.

Udruga sportske rekreacije „Sport za sve“ Male Subotice izgradila je za svoje članove i mještane sportsko-rekreacijski centar koji sadrži TRIM stazu, igralište za boćanje, igralište za odbojku na pijesku, igralište za djecu, drvenu kućicu i parkiralište. Provede različite oblike sportsko-rekreacijskih sadržaja od kojih su najznačajniji: redovno tjelesno vježbanje, festival sportske rekreacije obitelji, odbojka na pijesku obitelji, sportske igre različitih udruga građana, radnika pojedinih poduzeća i sl.

Općina Gornji Mihaljevec kao članica Saveza i udruga sportske rekreacije „Sport za sve“ Dragoslavac Breg izgradili su sportsko-rekreacijski centar koji sadrži TRIM stazu, igralište za boćanje, travnato nogometno igralište, polivalentno igralište za rukomet, košarku, odbojku, igralište za odbojku na pijesku.

Na više mjesta u Međimurju građani su uz vodene površine izgradili vikend naselja u kojima se u slobodno vrijeme okuplja veliki broj obitelji. U tim naseljima organiziraju se natjecanja u pikadu, belotu, visećoj kuglani, frizbiju, boćanju, badmintonu, tenisu,

pecanju, vožnji čamcima i raznim igrama u vodi.



Povremeni oblici rada u mjestu stanovanja i izvan, organiziraju se tokom cijele godine i to najčešće u čast značajnijih blagdana i datuma. Tada se okuplja veliki broj aktivnih sudionika koji se uključuju u masovne sportsko-rekreacijske aktivnosti.

Savez uspješno tijekom godine organizira i provodi natjecateljske i nenatjecateljske oblike – turniri, festivali i sportsko-rekreacijski susreti određenih grupa građana na kojima sudjeluje veliki broj građana.

U Međimurju se provode programi za obitelji, žene, osobe starije životne dobi, osobe s invaliditetom, bebe, djecu predškolske dobi, romsku nacionalnu manjinu, radnike pojedinih poduzeća, članove vijeća općina i gradova i dr.

Obitelj je osnovna ćelija društva - naroda – države. Veliki dio programa provodi se radi okupljanja obitelji i njihovom zajedničkom odlasku na različite oblike sportsko-rekreacijskih aktivnosti.

Učenje mladih roditelja da provode redovne tjelesne vježbe i masažu sa svojim djetetom starosti šest mjeseci od najranije dobi provodi Odjel pedijatrije Županijske bolnice u Čakovcu pod nazivom „Baby fitness“.

Za djecu i roditelje starosti godinu i pol dana, te djecu 3, 4 i 5 godina starosti, gimnastički klub „Marijan Zadravec Macan“ Čakovec usaduje svijest o potrebi uključivanja i provođenja redovnih oblika tjelesnih aktivnosti u slobodno vrijeme kroz različite sportske igre i druženja. Značajnije sportsko-rekreacijske manifestacija Saveza su:

Obilježavanje Svjetskog dana zdravlja, Svjetskog dana tjelesnih aktivnosti, Svjetskog dana pješačenja, Svjetskog dana sporta, Svjetskog dana srca, Svjetskog dana obitelji. Ovakvi programi okupljaju obitelji iz cijelog Međimurja gdje u igri, zabavi i druženju provode ugodne trenutke sretni i zadovoljni.

Pod nazivom Romijada sportske rekreacije svake godine se organiziraju sportske igre za romsku populaciju koja živi u Međimurju u 11 naselja. Već drugu godinu provedena je međunarodna Romijada na kojoj sudjeluju ekipe iz Slovenije, Mađarske i Hrvatske. U svojim naseljima Romi nemaju sportska igrališta ali ih to ne sprečava da si organiziraju različite sportsko-rekreacijske aktivnosti: graničari, nogomet svih uzrasnih kategorija, igre bacanje kolutova, hvatanje obruča i sl.



Sportsko rekreativne aktivnosti jedan su od nezaobilaznih oblika ispunjavanja slobodnog vremena osoba s invaliditetom. Već godinama u Međimurje dolaze osobe s invaliditetom iz većeg dijela Republike Hrvatske gdje se na manifestacijama „Jesen v Međimurju“ i „Festivalu sportske rekreacije osoba s invaliditetom natječu u različitim sportskim igrama.



U seoskim sredinama njeguju se seoske igre. U općinama Gornji Mihaljevec, M. Subotici i Sv. Juraju na Bregu organiziraju se godinama natjecanja ekipa mjesnih odbora u specifičnim starinskim igrama: nošenje korpe na glavi, potezanju užeta, trčanju na štulama, skakanju u vreći, bacanju kamena s ramena, skakanju u dalj, nošenju jaja u žlici, pijenju tekućine iz čaše stojeći na glavi, gađanju potkovom i sl.



Za svoje članove i ostale građane Savez tijekom godine organizira različite sportsko-rekreacijske manifestacije: Međimurski festival sportske rekreacije žena, turniri u odbojci, odbojci na pijesku, stolnom tenisu, belotu, nogometu muških i ženskih ekipa, natjecanje u plivanju žena, boćanju i dr.

Nenatjecateljski oblici rada provode se organiziranjem biciklističkih i pješačkih tura, te raznih izleta (zimi na skijanje i sanjkanje, kupanje u toplicama, odlazak na planinske vrhove, upoznavanje povijesnih znamenitosti u pojedine gradove i krajeve).

Školovanju amaterskih kadrova Savez poklanja veliku pažnju. Formiran je aktiv voditelja tjelesnog vježbanja u kojem djeluje preko 40 stručnih članova. Svake godine organiziraju se stručni seminari u Međimurju a voditelji odlaze i na razna savjetovanja, tečajeve, seminare i studijska putovanja koje organizira Hrvatski savez sportske rekreacije „Sport za sve“. Savez je kupio 22 para štapova za nordijsko hodanje koji se posuđuju članicama radi obuke njihovog pravilnog korištenja.

Sve programe i realizirane aktivnosti koje provodi Savez putem sredstava javnog medija prezentiraju se javnosti, u časopisu „Sport za sve“, izrađuju se prigodni bilteni, foto i video dokumentacija.



Brojne sada već tradicionalne sportsko-rekreacijske manifestacije koje organizira i provodi Savez sa svojim članicama prepoznatljive su kod građana Međimurja tako da je svake godine sve veći odaziv na njih, što ukazuje na sve veću svijest da mogu i sami doprinosti zaštiti i unapređenju svog zdravlja.

Voditelj sportsko rekreacijskih aktivnosti: Marijan Vugrinčić
e-mail: mssr@ck.t-com.hr