

# #športajmoinberimo

nacionalni medresorski program za spodbujanje  
branja med mladimi športniki  
#verjemivproces #beremoskupaj #beremozrazlogom



## #športajmoinberimo: kaj brati, da diši po športu?

Kje se lahko srečajo slovenski klasiki kot so npr. France Prešeren, Simon Gregorčič in Oton Zupančič s sodobnimi poeti kot so npr. Dane Zajc, Niko Grafenauer, Andrej Rozman Roza, Peter Svetina in Anja Štefan ter naletijo še na reperja kot je Trkaj? Pri pouku slovenščine? Na proslavi ob kulturnem prazniku? V knjižnici, morda? Lahko pa v *beatu*, ki ustvari *rep*, da je *flow* čisto svoj in prinese *rispekt*.

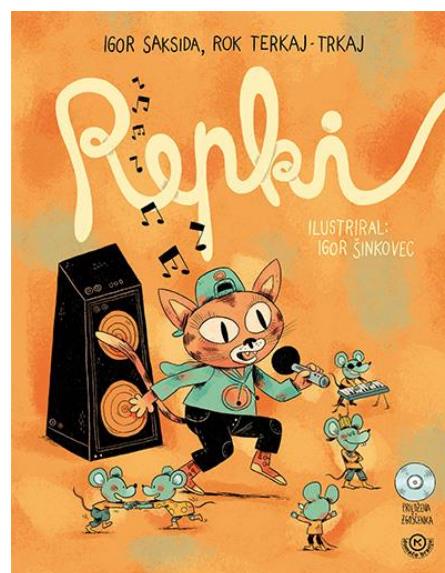
Tokrat po športu dišijo knjige, ki so naše spremljevalke na poti do poezije, hkrati pa nam lahko z rimami in ritmom pomagajo pri športni vadbi ali pri miganju telesa in misli.

## Za otroke, mladino in odrasle



»Preveri staro, predihaj novo. V novem je staro, v starem je bilo že novo. In daj CD naglas!« Tako nas k branju vabi **Kla kla klasika**, ki ponuja izbor slovenske poezije v raperski predelavi dr. **Igorja Saksida in Roka Terkaja – Trkaja**. Namenjena je mladim bralcem, pa tudi odraslim, ki spremljajo mlade. Klasična poezija ni »stara šara«: sporočilna in aktualna je, če ji le znamo prisluhiniti in jo pogledati z očmi ljubezni. Posnetki, ki so dostopni na spletu, pomagajo mladim pri spoznavanju klasične poezije, ki je del učnega načrta..

**Repki** so Antologija odlične slovenske otroške poezije po izboru dr. **Igorja Saksida**, ki jo dopolnjujejo iskriivi **repi Roka Terkaja** in hudomušne ilustracije **Igorja Šinkovca**. Opremljeni so s QR-kodami, ki vodijo do zvočnih posnetkov, priložen je tudi cede z 12 pesmimi v odličnih izvedbah slovenskih reperjev (Trkaj, Emkej, Pižama, Nipke, Jose, Zlatko), Nece Falk in Ditke. Razdelek *Mika me zven jezika* prinaša pesmi o jezikovni igri, v *Čarovnija poezija* se zvrstijo nenavadne živali, rastline in pravljlična bitja, *Svet dvojine in množine* pa prinaša pesmi o družini v vseh njenih razpoloženskih odtenkih.



Knjigi, ki kar prekipevata od pozitivne energije, sta primerni za užitek, za pogovor, za potovanja ali pa npr. za glasbeno podlago pri športni vadbi saj je ritem pomemben pri vseh športih!

- Knjigi sta izšli pri Založbi Mladinska knjiga (2017, 2020).
- Člani splošnih knjižnic si ju lahko izposodijo v naslednjih knjižnicah:
  - <https://plus.si.cobiss.net/opac7/bib/288465664> (Kla kla klasika)
  - <https://plus.si.cobiss.net/opac7/bib/41608195> (Repki)

# #športajmoinberimo

nacionalni medresorski program za spodbujanje  
branja med mladimi športniki  
#verjemivproces #beremoskupaj #beremosrazlogom



- Kupimo ju lahko v spletni trgovini:  
<https://www.emka.si/webapp/wcs/stores/servlet/sl/emkasi/repki-z-zgo%C5%A1%C4%8Denko-p-9789610157540> (Repki) in <https://www.svetknjige.si/izdelek/21039/kla-kla-klasika-s-cd-domace-branje> (Kla kla klasika)

## Mali učbenik preživetja ali ščepec strokovne literature



»Ali kdaj štejete ovčke? Zagotovo, če ne drugače pred spanjem. Niso samo na nebu, lahko jih najdete v nizu Malih učbenikov preživetja: Glavo gor! Le pogum! Vso srečo! Z ljubeznijo! Dobro spi! Vse v redu!, kjer nam prijazne ovčke na duhovit način predstavijo, kako z drobnimi gibi in preprostimi telesnimi vajami preprečimo slabo počutje, stres, strah ... Preberite in telovadite, mali, veliki, mladi, stari, sami ali v skupini ..., saj je "Vse v redu". Tudi Prežihovci iz totega Maribora smo telovadili skupaj z ovčkami.«, učiteljica športa Tea Mitrovič iz OŠ Prežihov Voranc Maribor.

**Claudia Croos – Müller** je zdravnica, specialistka za nevrologijo, živčne bolezni in psihoterapijo. **Kai Pannen** je ilustrator in ustvarjalec risank. Dvojec je podpisan pod zbirko knjižic **Mali učbenik preživetja**, v kateri spoznamo metodo »BodytoBrain«, ki nas spodbudi, da razmišljamo o povezavi med gibanjem in našimi občutki. B2B je ena od številnih tehnik sproščanja, umirjanja, pogovarjanja s seboj, ki temelji na teoriji, da za učenje in 'telovadbo' možganov nikoli ni prepozno, saj se možgani ne nehajo učiti. Gibanje je uporabljeno kot preverjeno učinkovito sredstvo premagovanja strahu, treme ter vzpostavljanja notranjega miru. Avtorica opozori tudi na pomen dihanja, telovadbo obraznih mišic in jezika in nas vodi celo do cepetanja in valjanja po hrbtu.

Mladi športniki v času osamitve pogosto še bolj brskajo po sebi, občutijo stres, negotovost, tesnobo, se sprašujejo o smislu življenja ter hrepenijo po svoji strasti – športu. Morda jim kakšna preprosta strategija olajša preživetje tega čudnega obdobja.

»Moj način preživetja za vse zgoraj naštetje težave je: sprehod, tek, aktivnost v naravi, takoj ali čimprej. Ura ni važna, včasih lahko tudi ob treh zjutraj. Nespečnost: brez večernih novic, kozarec toplega mleka z medom; zaspis kot dojenček. In družba: pravi prijatelj, družina, dobri sodelavci«, meni športni pedagog Marko Fink. Te dni, ko ni družbe ob nas, pa si jo lahko najdemo tudi s pomočjo takšnih knjižic.

- Zbirka je izšla pri založbi Celjska Mohorjeva družba.
- Člani splošnih knjižnic si lahko knjige izposodijo v naslednjih knjižnicah:  
<https://plus.si.cobiss.net/opac7/bib/23306243>
- Knjige lahko kupite: <https://www.mohorjeva.org/mali-ucbenik-prezivetja/>

# #športajmoinberimo

nacionalni medresorski program za spodbujanje  
branja med mladimi športniki  
#verjemivproces #beremoskupaj #beremozrazlogom



[Pripravili: dr. Sabina Fras Popović, Center za spodbujanje bralne pismenosti, Mariborska knjižnica, in Nives Markun Puhan, Zavod RS za šolstvo](#)

**#športajmoinberimo** je program, ki ga vodi Mariborska knjižnica v sodelovanju z Olimpijskim komitejem Slovenije – združenjem športnih zvez, Ministrstvom za kulturo, Ministrstvom za izobraževanje, znanost in šport, Zavodom RS za šolstvo, Javno agencijo za knjigo RS, Mestno knjižnico Ljubljana, Pionirsko – centrom za mladinsko književnost in knjižničarstvo, Združenjem splošnih knjižnic ter projektoma Kulturni bazar in Nacionalni mesec skupnega branja.