

OSNOVNA ŠOLA ŠOŠTANJ

Koroška c. 7, 3325 Šoštanj

MLADI RAZISKOVALCI ZA RAZVOJ ŠALEŠKE DOLINE

RAZISKOVALNA NALOGA

POZNAVANJE BORILNIH VEŠČIN

V VELENJU IN ŠOŠTANJU

Tematsko področje: drugo

Avtorja:

Miha Lampret, 9. razred

Blaž Fajdiga, 9. razred

Mentor:

Boris Plamberger, prof.

Šoštanj, 2009

Raziskovalna naloga je bila opravljena na Osnovni šoli Šoštanj.

II

Mentor: Boris Plamberger, prof. športne vzgoje

Datum predstavitve:

KLJUČNA DOKUMENTACIJSKA INFORMACIJA

III

- ŠD Osnovna šola Šoštanj, 2008/2009
- KG borilne veščine/ karate/judo/mojstri karateja/
- AV LAMPRET, Miha; FAJDIGA, Blaž;
- KZ 3320 Velenje, SLO, Koroška 62a
- ZA Šolski center Velenje, Medpodjetniški izobraževalni center
- LI 2009
- IN POZNAVANJE BORILNIH VEŠČIN V VELENJU IN ŠOŠTANJU
- TD RAZISKOVALNA NALOGA
- OP VI, 37 strani, 6 tabel, 15 grafov, 5 slik, 1 priloga
- IJ SL
- JI sl
- AI Borilne veščine so šport za sprostitev, spoznavanje samoobrambe in predvsem spoznavanje samega sebe. Med ljudmi dostikrat vlada prepričanje, da so borilne veščine povezane z nasiljem ali celo sinonim zanj. V nalogi želimo predstaviti borilne veščine kot šport, način razmišljanja, spoznavanja sebe in nasprotnika kot enakovrednega partnerja, nikakor pa ne kot nasilje. V teoretičnem delu smo s pomočjo literature predstavili karate in judo ter vsaj delno tudi filozofijo obeh športov. Za lažje razumevanje so predstavljene osnovne značilnosti obeh športov, pomen treniranja, prednosti treniranja in dva velika mojstra karateja, ki sta v svetu tega športa pustila poseben pečat. V raziskovalnem delu smo želeli izvedeti, ali bi se mnenje, ki je bilo med drugim tudi povod za izdelavo naloge, z raziskavo tudi dejansko potrdilo. Rezultati nekaterih predvidevanj so bili kar precej drugačni od naših pričakovanj. Z nalogo smo ugotavljali, koliko anketirani vedo o borilnih veščinah, ali so se že kdaj udeležili kakšne prireditve, ki prikazuje borilne veščine, ali vedo, kdaj se je možno vpisati v začetniške tečaje borilnih veščin, kje bi najlažje pridobili informacije za vpis v posamezen klub. Zelo so nas zanimali odgovori na vprašanje, kaj si predstavljajo pod izrazom »borilne veščine«, za koga menijo, da so bolj primerne in ali se vidijo v luči karateista oziroma judoista. Ob obdelavi anket smo bili presenečeni, saj smo marsikdaj pričakovali drugačno mnenje. Zavedamo se, da se v sodobnem svetu ne moremo izogniti nasilju, ki se dogaja in ki ga prikazujejo razni mediji, lahko pa ga poskušamo omiliti s poznavanjem tehnik in metod.

KAZALO	IV
Ključna dokumentacijska informacija	III
Kazalo	IV
Kazalo tabel, grafov, slik, prilog in seznam okrajšav	VI
1 UVOD	1
1.1 Namen in cilji	1
1.2 Hipoteze	2
2 PREGLED OBJAV	2
2.1 Filozofija in pojmovanje borilnih veščin	2
2.2 Vloga učitelja borilnih veščin	3
2.3 Zakaj se učiti borilnih veščin	4
2.4 Nekaj prednosti treniranja borilnih veščin	4
2.5 Karate	4
2.5.1 Pomen besede »karate«	5
2.5.2 Zgodovinski razvoj karateja	5
2.5.3 Razvoj karateja v Sloveniji	7
2.5.4 Najpogostejši stili v Sloveniji	7
2.5.5 Pasovi in stopnje	8
2.5.6 Kate	9
2.5.7 Mojstri karateja	10
2.6 Judo	13
2.6.1 Nastanek in razvoj juda	13
2.6.2 Pomen besede »judo«	14
2.6.3 Razvoj juda v Sloveniji	15
2.6.4 Stopnje po pasovih	16
2.6.5 Katana	17
3 METODOLOGIJA	18
3.1 Vzorec	18
3.2 Metode dela	18
3.3 Priprava na anketiranje in anketni vprašalnik	18
4 IZSLEDKI IN RAZPRAVA	19
4.1 Anketna vprašanja in analiza odgovorov	19
4.2 Razprava	28
4.2.1 Klubi borilnih veščin v občini Velenje in Šoštanj	28
4.2.2 Borilne veščine so primerne za mladino	29

4.2.3	Borilne veščine so primerne tudi za odrasle	29
4.2.4	Za borilne veščine se čedalje bolj odločajo ženske	30
4.2.5	Poznavanje in načini informiranja	31
4.2.6	Na kaj pomislimo ob izrazu borilne veščine	32
5	SKLEPI	32
6	POVZETEK	33
7	ZAHVALA	34
8	PRILOGE	34
9	VIRI IN LITERATURA	36

KAZALO TABEL, GRAFOV, SLIK, PRILOG IN SEZNAM OKRAJŠAV

Kazalo tabel

Tabela 1: Prvotna razdelitev po pasovih v karateju	8
Tabela 2: Kasnejša razdelitev po pasovih v karateju	9
Tabela 3: Shotokan kate in njihovi pomeni	9, 10, 11
Tabela 4: Prvotna razdelitev po pasovih v judu	16
Tabela 5: Kasnejša razdelitev po pasovih v judu	16, 17
Tabela 6: Število članov in leto ustanovitve	28, 29

Kazalo grafov

Graf 1: Želja po treniranju borilnih veščin	19
Graf 2: Podpora staršev	19
Graf 3: Poznavanje borilnih veščin	20
Graf 4: Povezovanje z izrazom borilne veščine	20
Graf 5: Najlažje pridobivanje informacij za vpis v klub	21
Graf 6: Kaj bi raje treniral/a	21
Graf 7: Poznavanje borilnih veščin	22
Graf 8: Informacije na javnih mestih	23
Graf 9: Udeležitev prireditev	23
Graf 10: Možnost vpisa v začetniški tečaj	24
Graf 11: Odločanje za treniranje borilnih veščin	24
Graf 12: Ali se starejši odločajo za borilne veščine	25
Graf 13: Povezovanje z izrazom borilne veščine	25
Graf 14: Podpora otroku ali vnuku	26
Graf 15: Najlažje pridobivanje informacij za vpis v klub	27

Kazalo slik

Slika 1: Gichin Funakoshi	2
Slika 2: Sensei Hirokazu Kanazawa	12
Slika 3: Sensei Ilija Jorga	13
Slika 4: Sensei Jigoro Kano	14
Slika 5: Katana	18

Kazalo prilog

Priloga 1: Anketni vprašalnik	34
-------------------------------	----

Seznam okrajšav

prof.	profesor
ipd	in podobno
t.i.	tako imenovano
oz.	oziroma
ZDA	Združene države Amerike
npr.	na primer
WKF	World Karate Federation
ITKF	Internacional Tradicional Karate Federation
JKA	Japan Karate Association
JKF	Japan Karatedo Federation
IJF	Internacional Judo Federation
itd.	in tako dalje
BV	borilne veščine
op. avt.	opomba avtorja

1 UVOD

Stara japonska zgodbica pravi, da sta se na nekem mostu srečala dva bojevnika. Takoj sta se postavila v bojni položaj in se začela meriti z očmi. Kot dva šahista sta v mislih (najverjetneje) preigravala vse možnosti spopada in pri nasprotniku iskala tudi najmanjši znak slabosti ali strahu. Po nekaj dolgih minutah sta se zravnila, se s priklonom pozdravila in nadaljevala vsak svojo pot. Boj je bil neodločen. Spopad se je končal pred spopadom. Eden v drugem sta prepoznala enakovrednega nasprotnika. (Ančnik, 2005)

Iz te zgodbe lahko izluščimo temeljno filozofijo borilnih veščin. Za lažje razumevanje smo uporabili tudi razlago: borilne veščine ali umetnosti bojevanja so sistemi urejenih metod vadbe telesa in tudi duha, z namenom učinkovitega bojevanja, tako golorokega kot tudi oboroženega. Pojem se dandanes uporablja predvsem v povezavi z golorokimi azijskimi borilnimi veščinami, čeprav v resnici zajema raznolike veščine bojevanja z vsega sveta. (Wikipedia, 2009)

Med ljudmi pogosto srečamo predsodke, ki so včasih morda upravičeni, da borilne veščine spodbujajo nasilno in agresivno vedenje; v pogovornem jeziku pa je agresivnost skoraj vedno pojmovana negativno in je dostikrat že takoj tudi moralno ožigosana. Sodobni mediji, brez katerih si življenja ne znamo več predstavljati, nam predstavljajo svet, poln brutalnosti, nasilja in moči. Če k temu dodamo in nekritično ocenjujemo še trening, kjer vlada skoraj vojaško vzdušje, kjer množica vzklika kot skupina dobro izurjenih vojakov, kjer se učenci priklanjajo svoji vrhovni avtoriteti in jih ta kaznuje za najmanjšo napako, potem take predsodke lahko po svoje tudi razumemo.

Začetki borilnih veščin segajo vse do 3. tisočletja pred našim štetjem, ko se je na Kitajskem razvila rokoborba CHIAO-TI.

V raziskovalni nalogi se bomo posvetili predvsem dvema japonskima borilnima veščinama, ki jih v Velenju in Šoštanju najbolj poznamo. To sta karate in judo.

1.1 Namen in cilji

Z gotovostjo lahko trdimo, da postaja naša družba vse bolj zapletena; vsak dan lahko poslušamo zgodbe o (vedno bolj) nasilnih dejanjih in naša toleranca do nasilnih dejanj se zaskrbnjuje več. Način, da obvarujemo sebe in druge, je tudi poznavanje veščin in filozofije borilnih veščin.

Naš namen je predstaviti borilne veščine kot šport ter način življenja in ne kot pretepanje in nasilno obnašanje. Z nalogo želimo nekatere predsodke o borilnih veščinah ovreči in vsaj nekatere najbolj znane borilne veščine bolj podrobno predstaviti.

Izvedeti želimo, koliko ljudje ta šport poznajo, kaj vedo o njem, in ugotoviti, za koga vse je primeren. Z nalogo želimo poleg dveh najbolj znanih borilnih veščin predstaviti tudi dva

mojstra, ki sta v svetu karateja pustila poseben pečat. Odločili smo se, da bomo bolj podrobno predstavili karate in judo.

1.2 Hipoteze

1. Ljudje slabo poznajo borilne veščine.
2. Na javnih mestih ni dovolj informacij o tekmah, seminarjih, začetniških tečajih v zvezi z borilnimi veščinami.
3. 70 % ljudi se še nikoli ni udeležilo prireditve, kjer prikazujejo borilne veščine.
4. Za borilne veščine se čedalje bolj odločajo ženske, ker so vedno bolj ogrožene.
5. Starejši se za ta šport redko odločijo.
6. 90 % ljudi se ne vidi v luči karateista ali judoista.
7. 60 % otrok bi treniralo borilne veščine in njihovi starši bi jih pri tem podpirali.
8. Več kot polovica anketiranih si borilne veščine predstavlja kot nasilje.
9. Velika večina ljudi bi informacije o začetniških tečajih poiskala na spletu.

2 PREGLED OBJAV

2.1 Filozofija in pojmovanje borilnih veščin



*Osnova karateja je,
da se um in telo uskladita
ter razvijata v duhu humanosti.
V odločilnem trenutku se mora
karateist zmeraj postaviti na stran pravice.
(Funakoshi Gichin, oče japonskega karateja)*

Slika 1: Gichin Funakoshi

Gornja misel je sicer namenjena opredelitvi karateja, vendar menimo, da ne bo narobe, če tako razumemo tudi judo in ostale borilne veščine. Ponazoritev take filozofije se kaže tudi pri enem od teoretičnih vprašanj za 8. in 7. Kyu v judu. Vprašanje se glasi: Kako se obnaša judoist?

Odgovor:

- *judoist ne dokazuje svoje moči in spretnosti s prijemi, temveč s pravilnim športnim vedenjem;*
- *brani šibkejše in nikoli ne napada;*

- *zna se obvladati;*
- *je prijazen in vedno pozdravi.*

Osnova razumevanja borilnih veščin je razumevanje vzhodnjaške filozofije. Da bi zares dobro poznali stanje telesa in duha, bi morali poznati in razumeti filozofijo Zena, filozofijo samurajskih bojevnikov in shaolinskih menihov. Za nas je v tem trenutku pomembno poznavanje temeljnih načel borilnih veščin in razumevanje, da je delovanje po teh načelih način, kako doseči enotnost energije telesa, uma in duha.

Čeprav se lahko tehnike borilnih veščin prakticirajo brez razumevanja njihovega filozofskega ozadja, je pomembno razumeti, kako so različne filozofske usmeritve vplivale na razvoj veščin ter na način njihovega učenja. (Čoderl, 2001)

Filozofska podlaga loči borilne veščine od borilnih športov.

Filozofija in vrednote borilnih veščin se kažejo tudi v poslanstvu Karate kluba Velenje.

»Poslanstvo Karate kluba Velenje je popularizirati in razvijati karate predvsem kot borilno veščino samoobrambe ter spodbujati vadbo tradicionalnega karateja skozi vrednote, ki bodo vplivale na razvoj karateistov, tako na duhovnem kot fizičnem področju.« (Interno gradivo Karate kluba Velenje)

»Mnoge borilne veščine so se od svojega bistva oddaljile ravno zaradi borbe, ki je postala sredstvo za doseganje medalj in pokalov. Strah, agresivnost in ostale negativne lastnosti, ki se pojavljajo kot posledica nepravilnega odnosa do tekmovanj, so mnoge, nekdanje »kraljevske veščine« spremenile v športne discipline, ki že težko zaslužijo to ime.

Mi se trudimo, da tekmovanje z nasprotnikom postane borba s prijateljem. To pomeni, da je nasprotnik tisti, ki pokaže naše napake. Ker je borba ekstremna situacija, se tu pojavijo tudi tiste človeške lastnosti, s katerimi se v vsakdanjem življenju ne srečujemo. S takim načinom treniranja nam karate odkriva veliko več, kot smo od njega pričakovali. Karate kot vsakdanja borba postane naše življenje«. (Iz govora predsednika Karate kluba Velenje ob 40. letnici Karate kluba Velenje, Velenje 2008)

2.2 Vloga učitelja borilnih veščin

Vsak začetek je težak. Tako lahko tudi začetek treniranja borilnih veščin predstavlja zastrašujočo izkušnjo, ki jo je treba premagati in zbrati pogum za prvi korak v *dojo* (japonsko ime za prostor, v katerem poteka učenje borilnih veščin). Začetniki so ponavadi polni zanosa ob spoznavanju nečesa novega, hkrati pa tudi zmedeni ob obilici znanj, ki jih bodo morali osvojiti. (Čoderl, 2001)

Tradicija borilnih veščin se prenaša iz roda v rod in pri tem igra odločilno vlogo učitelj oziroma trener.

Učitelj borilnih veščin je tista oseba, ki skozi bolj ali manj preproste vaje usmerja proces učenja povezave med umom in telesom. To učenje se začne že pri čisto enostavnih pravilih, kot npr. puščanje čevljev pred vrati dojo-a in ritual zavezovanja pasu in oblačenja kimone, ki pomagajo učencem umiriti stanje duha ter se osredotočiti na trening. Učiteljeva vloga je v procesu treniranja poglobljenega pomena. V borilnih veščinah tako obstaja načelo, da ni pomembno, katero od veščin treniraš, pomembno je, kakšnega učitelja imaš.

Zaupanje v izkušnje in dobronamernost učitelja je torej v borilnih veščinah izjemnega pomena. Ena izmed učiteljevih nalog je zagotoviti, da bo učenec pristopil k treniranju borilne veščine iz pravih razlogov. Na ta način bo onemogočil zlorabo borilne veščine in s tem zaščitil tudi širše socialno okolje, ki lahko zaradi ljudi, ki borilne veščine uporabljajo iz nepravilnih razlogov, utрпи škodo. (Čoderl, 2001)

2.3 Zakaj se učiti borilnih veščin

Vedno več je karateistov, ki so mlajši od deset let in imajo popolnoma drugačne cilje treniranja – zmagovanje na športnih tekmovanjih. Pri športnih tekmovanjih lahko razvijejo pozitivne miselne učinke, kot so zadovoljstvo ob uspehu, prijateljstvo, igre, sproščanje nakopičene energije ipd.

2.4 Nekaj prednosti treniranja borilnih veščin

- varno in prijateljsko okolje za krepitev fizičnih sposobnosti organizma,
- povečana sposobnost koncentracije,
- izboljšanje delovnih in študijskih sposobnosti,
- manjša verjetnost obolenj in poškodb,
- boljše spanje in hranjenje,
- povečana sposobnost fizične in psihološke samoobrambe,
- izogibanje vplivu slabe družbe (kriminal, droge) in posedanju pred televizijo,
- razvoj nekaterih značajskih potez,
- povečanje občutka odgovornosti do sebe in drugih. (Čoderl, 2001)

2.5 Karate

Karate je vzhodnoazijska borilna veščina, katere ime ima dvojno vlogo. Po eni strani gre za borilno veščino z otočja Okinava, razvito proti koncu 19. stoletja z združevanjem tradicionalnih okinavskih metod goloroke borbe. Po drugi strani pa se izraz *karate* danes, predvsem izven azijskega prostora, najpogosteje uporablja kot splošni izraz za veliko število modernih golorokih borilnih veščin, ki so se razvile na Japonskem od začetkov 20. stoletja dalje pod neposrednim vplivom okinavskega karateja.

V obeh primerih pa gre za goloroko borilno veščino, ki vključuje tri večja področja:

- stave, udarce in blokade z rokami in nogami, ki predstavljajo osnove ali t. i. kihon,
- gibanje po določenih vzorcih, t. i. kate,
- nadzorovano borbo oziroma t. i. kumite.

Mnogo različic karateja v različnem obsegu vključuje tudi vadbo s tradicionalnimi orožji. Ta del vadbe oz. samostojna veščina rokovanja s temi orožji se imenuje kobudo.

Oseba, ki vadi oz. trenira karate, se imenuje karateist, (karateka). Učenci, oblečeni v bele uniforme kimone (karategi), vadijo pod vodstvom učitelja mojstra (senseija). Kraj vadbe se na Japonskem imenuje dodžo, drugje po svetu pa so to ponavadi večje ali manjše splošne telovadnice, čeprav lahko vadba poteka skoraj kjer koli, tudi v naravi.

V začetkih širitev azijskih borilnih veščin po svetu, od sredine 20. stoletja dalje, so predvsem v ZDA s pojmom *karate* napačno označevali katero koli goloroko borilno veščino.

Karate, razvit na Japonskem, se uvršča med t. i. »veščine Gendai budo«.

2.5.1 Pomen besede »karate«

Beseda karate, sprva zapisana s kitajskima pismenkama 唐 – »kara« in 手 – »te«, je v dobesednem prevodu pomenila »kitajska roka«, kar je poudarjalo kitajski vpliv na prvotno okinavsko veščino.

V začetku 20. stoletja je prvo pismenko nadomestila 空 – »kara«, ki ima kljub enaki izgovorjavi drugačen zapis in pomeni »praznina«; označuje ne le neoboroženo borbo, ampak je bila dodana tudi zaradi vplivov Zen budizem in pomeni očiščeno, osvobojeno in sproščeno stanje duha. Zaradi zgodovinskih vzrokov pa ni izključen tudi sočasen politični namen zanikanja kitajskega vpliva. Tako je *karate* dobil današnji pomen »prazna roka«.

Pogosto se dodaja še tretja pismenka 道 – »do«, ki pomeni »pot« oz. »način življenja« in ponazarja globljo predanost in kompleksnost veščine. Vse tri pismenke skupaj dajo popoln pomen 空手道 – »karate do« oziroma »pot prazne roke«.

2.5.2 Zgodovinski razvoj karateja

Karate je bil in je tudi danes vsota mnogoterih vplivov z različnih koncev sveta. Kot pri mnogih borilnih veščinah, natančno popisana zgodovina karateja ne obstaja, znane pa so glavne smernice.

Razvoj na Okinavi

Konec 14. stoletja so se začeli trgovski stiki Okinave s celinsko Kitajsko, preko katerih so na otočje prispelle različne oblike kitajskega boksa. Te so se hitro pomešale z avtohtonimi oblikami borilnih veščin. Splošna oznaka za novonastale oblike je bila »Te«. Priljubljenost veščin in zanimanje za izvirne oblike kitajskega boksa, še posebej pri okinavskem plemstvu, se je povečevalo in privedlo do pogostih potovanj na Kitajsko z namenom poglobitve in dopolnjevanja znanja. Konec 18. stoletja se v imenu ene izmed oblik okinavskih veščin prvič pojavi zapis »karate« v prvotnem pomenu »kitajska roka«. »Karate sakugava« je veščino poimenoval ustanovitelj Satunuka Tode Sakugava.

Proti začetku 19. stoletja so se iz množice raznovrstnih oblik izluščile tri najbolj razširjene oblike, poimenovane po krajih nastanka – »Šuri Te«, »Naha Te« in »Tomori Te«. Te tri oblike predstavljajo jedro, ki ga lahko opišemo kot »okinavski karate«. Do začetka 20. stoletja so vse tri oblike preuredili v sisteme organizirane in postopne vadbe in okoli leta 1901 izbrane vidike treh oblik okinavskega karateja vpeljali v javni šolski sistem kot del telovadbe. Znani mojstri glavnih oblik so Sokon Matsumura, Kanrjo Higona, Kosaku Matsumora, znan pa je tudi Matsumurin učenec Anku Itsu, ki je bistveno pripomogel k ureditvi in uvedbi karateja v javne šole. Danes še bolj znani so mnogi njihovi učenci, npr. Gičin Funakoši, Kenva Mabuni, Čodžun Mijagi, Kijan Čotoku in drugi, ki so ponesli okinavski karate izven meja otočja in bili ključnega pomena za razvoj njegovih modernih oblik.

Širitev na Japonsko

Z uvedbo v okinavske šole je karate kot celota pridobil splošno razpoznavnost in po mnogih javnih prikazih in demonstracijah kmalu začel zbuhati pozornost tudi zunaj meja Okinave, na Japonskem. Mnogi, predvsem mlajši mojstri, med drugimi Funakoši in Mabuni, odpotujejo na Japonsko in tam začno poučevati okinavski karate, ki se pridruži množici »domačih« veščin (korju judo). Zaradi drugačne kulture in stila življenja na Japonskem pa tudi političnih razlogov so mladi mojstri na začetku širitve po Japonski mnoge vidike okinavskega karateja priredili (npr. uvedba japonskih poimenovanj gibov, sprememba imena veščine v »prazno roko«), nekatere dodali (bele uniforme, formalizirane stopnje znanja, označevanje stopenj z barvami pasov, klečeči položaj na začetku in koncu treninga), mnoge pa tudi izpustili (zaradi skrajšanja obsega vadbe). Karate je bil še pred 2. svetovno vojno uveden v japonski šolski sistem, po vzoru z Okinave. Hkrati pa je tekel tudi naravni proces razvoja in mladi mojstri so okinavski karate še nadalje sistematizirali in dopolnjevali z novimi spoznanji. Sprva so veščino, ki so jo poučevali, še vedno imenovali »karate«, a z razvojem so se hitro izoblikovale nove različice oz. stili, ki so bili dovolj različni od okinavskega karateja, da so dobili svoja imena. A tudi izvorni okinavski karate je sočasno nadaljeval svojo razvojno pot in prek povratnih vplivov z Japonske nadgradil tradicionalne oblike v modernejše z novimi imeni.

Japonci so imenom veščin dodajali različne končnice, ki v grobem sledijo naslednjim smernicam:

- »džutsu« – »veščina, tehnika«: uporablja se lahko za poimenovanje posameznih tipov tehnik ali posameznih vidikov veščine (npr. ročne, z mečem, kopjem, lokom);
- »rju« – »šola, način, stil«: uporablja se lahko za poimenovanje skupkov tehnik ali njihovih lastnosti, osnovanih po nekem učnem sistemu na nekem mestu (npr. ime stavbe, kjer so veščino poučevali);
- »do« – »pot, način življenja«: uporablja se lahko za poimenovanje veščin ali skupine veščin, ki so hkrati filozofije, način življenja in lahko vključujejo veliko duhovnih principov.

Ta način poimenovanja je prevzel tudi karate, najprej tisti na Japonskem, za njim pa tudi karate na Okinavi. Vso družino veščin je označeval splošni pojem »karate« oz. »karate do«, posamezni stili oz. »šole« pa so imenom dodajali končnice »rju«. V prvem valu, ki je potekal večinoma pred 2. svetovno vojno, so tako nastali npr. šito rju, godžu rju, šorin rju, ueči rju, ki danes veljajo za »najbolj okinavske«. Po 2. svetovni vojni pa je oblikovanje novih stilov, zaradi mnogih strokovnih in nestrokovnih razlogov, doživelo velikanski razmah; glavni stili iz tega obdobja so npr. shotokan, šotokai, vado rju, kjokušinkai, šukokai, kenšikan, išin rju in cela kopica stilov, ki so se izoblikovali po širitvi karateja v ostale dele sveta.

Širitev karateja po svetu

Večstoletna izolacija fevdalnega japonskega cesarstva pred vplivi tujcev, predvsem Evropejcev, se je končala šele konec 19. stoletja. Od začetkov 20. stoletja dalje je svet postopno ponovno začel spoznavati japonsko kulturo, med drugim tudi borilne veščine te dežele. A tako 1. kot 2. svetovna vojna sta proces zelo upočasnili, tako da je pravi val širitve japonskih borilnih veščin nastopil šele po letu 1945. Proces širjenja karateja in drugih japonskih borilnih veščin je potekal preko:

- tujih vojakov, nastanjenih v okolici Okinave in Japonske med 2. svetovno vojno in po njej, ki so se veščin v tem obdobju naučili in jih nato ob vrnitvi v domovino začeli poučevati;
- trajnih in začasnih emigracij, predvsem japonskih in okinavskih pa tudi korejskih, mojstrov v tuje države po svetu, kjer so začeli poučevati svojo veščino;
- začasnih imigracij tujcev na Okinavo in Japonsko, kjer so poglobili znanje ali se prvič srečali s kako veščino in jo ob vrnitvi v domovino začeli poučevati.

Tako se je do danes karate razširil v skoraj vse države sveta in je ena izmed najbolj prepoznavnih azijskih borilnih veščin. Čeprav je v osnovi okinavsko-japonska kulturna dobrina, je sčasoma postal nekakšna svetovna borilna veščina. Širitev po svetu in tok časa sta seveda pripeljala do hitrega razvoja in nadaljnje modernizacije karateja kot veščine v mnogih pogledih. Doživljal je vzpone in padce, rojevali so se številni novi stili, pridobivala so se nova znanja, izoblikoval se je športno-tekmovalni vidik, s filmom je še dodatno pridobil na prepoznavnosti v širši javnosti, oblikovale so se mnoge krovne organizacije, ki skrbijo za urejenost in podobo karateja ter usmerjajo njegov prihodnji razvoj, tako po posameznih državah (državne zveze, federacije) kot v svetovnem merilu (WKF, ITKF, JKA, SKIF, JKF, ...). Po nekaterih štetjih obstaja danes več kot 100 stilov karateja. Razvoj se seveda nadaljuje in se bo nadaljeval, dokler bo veščina imela privržence.

2.5.3 Razvoj karateja v Sloveniji

Prvi karate klub (Shotokan) v Sloveniji je ustanovil Ervin Pečnik. Kot študent medicine v Zagrebu se je navdušil za karate. Ko se je leta 1968 vrnil domov v Dravograd, je v kratkem času zbral skupino mladih ljudi, ki so želeli trenirati karate. Oktobra istega leta je ustanovil prvi karate klub v Sloveniji na Ravnah na Koroškem.

Leta 1968 so bili ustanovljeni še klubi v Krškem, Velenju, Ljubljani, Slovenj Gradcu in drugje.

Leta 1969 je Karate odbor izstopil iz Judo zveze Slovenije in se preimenoval v Karate zvezo Slovenije; njen prvi predsednik je bil Peter Kodela. Prvi klubi, člani KZS, so bili KK Fužinar iz Raven, KK Gorenje iz Velenja, KK Branik iz Maribora, KK Krško in Karate klub iz Ljubljane. Zaradi velikega zanimanja za karate v Sloveniji so leta 1969 in 1970 organizirali v Velenju prvi seminar; vodil ga je T. Kase. Seminar leta 1971 v Velenju pa so vodili T. Takashi in brata Jorga, takrat vsi mojstri karateja 3. dan. V letu 1969 je bilo organizirano prvo prvenstvo Slovenije v karateju; zmagal je Leon Kauzer, ki še zdaj trenira karate v Velenju. Zdaj je v Sloveniji več kot 150 klubov; v njih trenirajo karate, nekaj pa je tudi klubov, v katerih trenirajo druge borilne veščine, kot so taekwon do, kick boxing, tai chi chuan, wing tsun, judo, jiu jitsu itd. Najpopularnejši stili karateja v Sloveniji so shotokan, uechi ryu, sankukai, shito ryu. Obstaja tudi shorin ryu klub in nekaj klubov, v katerih trenirajo tako imenovani moderni športni karate.

2.5.4 Najpogostejši stili v Sloveniji

- sankukai
- godžu rju
- ueči rju

- kjokušinkai
- šito rju
- šorin rju
- vado rju
- makotokai
- moderni športni karate
- shotokan

2.5.5 Pasovi in stopnje

Pred širitvijo na Japonsko karate principa stopenj in z njimi povezanih pasov ni poznal, obstajala sta le naziva »mojster« in »učenec«. Z namenom ureditve vadbe in ločevanja učencev glede na stopnjo znanja je po širitvi na Japonsko karate, po vzoru juda, prevzel sistem zaporednih stopenj in pasov. Ta, nekoč zelo preprost sistem, se je sčasoma, tako v judu kot drugih borilnih veščinah, nadgrajeval.

Stopnje se delijo na:

- kju – šolske oz. osnovne stopnje
- dan – mojstrske oz. nadaljevalne stopnje

Vsaka stopnja se podeli učencu po uspešno opravljenem preizkusu znanja in se označuje z določeno barvo pasu.

Prvotno je karate, kot ga je poučeval Funakoši, vseboval sledeči sistem:

Tabela 1: Prvotna razdelitev po pasovih v karateju (Wikipedia, 2009)

brez stopnje = bel pas (začetnik)
8. kju - 4. kju = bel pas (učenec)
3. kju – 1. kju = rjav pas (učenec)
1. dan – 5. dan = črn pas (mojster)

Po razširitvi karateja so sistem nadgradili, tudi z namenom večjega motiviranja učencev. Različni stili so sistem prilagodili svojim potrebam, tako da nima enotne podobe glede barv pasov in števila stopenj. Pri mnogih lahko celo vključuje dodatke, kot so našitki z različnimi napismi ali znamenji.

Tabela 2: Kasnejša razdelitev po pasovih v karateju (Wikipedia, 2009)

brez stopnje = bel pas (začetnik)
10. kju = bel pas (učenec)
9. kju = bel pas (učenec)
8. kju = rumen pas (učenec)

7. kju = oranžn pas (učenec)
6. kju = zelen pas (učenec)
5. kju = moder pas (učenec)
4. kju = moder pas (učenec)
3. kju = rjav pas (učenec)
2. kju = rjav pas (učenec)
1. kju = rjav pas (učenec)
1. dan - 10. dan = črn pas (mojster)

Ne glede na število stopenj in barv pasov pa je v karateju prisoten vidik, da se učenje v resnici, tudi pri najvišji doseženi stopnji, nikoli ne konča in da je šele prva mojstrska stopnja, 1. dan, začetek resničnega spoznavanja veščine.

2.5.6 Kate

Kata je borba proti namišljenemu nasprotniku za vadbo posameznih tehnik.

Tabela 3: Shotokan kate in njihovi pomeni (Wikipedia, 2009)

IME KATE	Japonski zapis	POMEN
ŠOLSKE KATE		
Taikyoku shodan	太極初段	Velik začetek (začetniška kata)
Heian shodan	平安初段	Mirni um - prva (prva šolska kata)
Heian nidan	平安二段	Mirni um - druga (druga šolska kata)
Heian sandan	平安三段	Mirni um - tretja (tretja šolska kata)
Heian yondan	平安四段	Mirni um - četrta (četrta šolska kata)
Heian godan	平安五段	Mirni um - peta (peta šolska kata)
MOJSTERSKE KATE		
Tekki shodan	鉄騎初段	Železni konj - prva
Bassai dai	披塞大	Prodor v trdnjavo (Močna – ofenzivna tehnika)

Jion	慈恩	Jion je ime templja
Empi	燕飛	Let lastovke
Kanku dai	觀空大	Pogled v nebo (Močna – ofenzivna tehnika)
Hangetsu	半月	Polmesec
Jitte	十手	Deset rok
Gankaku	岩鶴	Žerjav na skali
Tekki nidan	鉄騎二段	Železni konj - druga
Tekki sandan	鉄騎三段	Železni konj - tretja
Nijushiho	二十四歩	24 korakov
Chinte	珍手	Posebna roka (tudi redka roka ali nora roka)
Sochin	壯鎮	Mirna moč
Meikyo	明鏡	Čisto ogledalo
Unsu	雲手	Roke v oblakih
Bassai sho	披塞小	Prodor v trdnjavo (šibka – obrambna tehnika)
Kanku sho	觀空小	Pogled v nebo (šibka - obrambna tehnika)
Wankan	王冠	Kraljeva krona
Gojushiho sho	五十四歩小	54 korakov (šibka - obrambna tehnika)
Gojushiho dai	五十四歩大	54 korakov (močna – ofenzivna tehnika)
Ji'in	慈陰	Ljubiti resnico (tudi ime budističnega meniha)

2.5.7 Mojstri karateja

Predstavili vam bomo na kratko tudi dva mojstra karateja, oba nosilca naziva SOKE, oba mojstra karateja, črni pas 10. DAN:

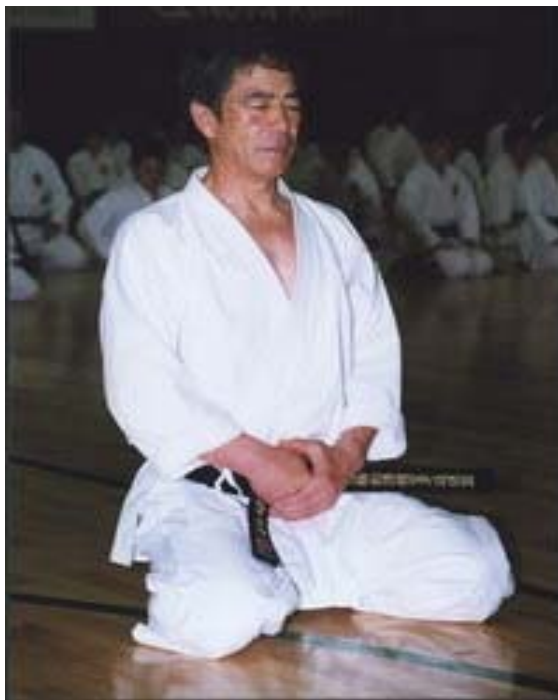
- sensei Hirokazo Kanazawa
- sensei Ilija Jorga

»Kanchō«, azijski naziv za vodjo, pove veliko. Gospod Hirokazu Kanazawa 10. dan se je rodil leta 1931 v mestu Iwate na Japonskem v veliki družini. Po pripovedovanju ima pet bratov in sestro.

Vsi se ukvarjajo z različnimi borilnimi veščinami, tudi z boksom in sabljanjem. Hirokazu je začel vaditi karate potem, ko ga je s tem seznanil starejši brat, ki živi na Okinavi. Mama ga je vpisala na univerzo, na katero sam ni želel, tako da se je sam izpisal in vpisal na šolo, na kateri so takrat trenirali največji karate mojstri. Tako mama ni vedela, na katero šolo Hirokazu hodi. In kako je izvedela?

Na šoli je bilo vsejaponsko prvenstvo v karateju. Hirokazu je zmagal in njegova slika s tekstom je bila v dnevnem časopisju. Sosed je materi nesel pokazati, da je njen sin v časopisu, vendar ga je zavrnila, da to že ni njen sin in da je to nekdo drug z istim imenom in priimkom, kar je na Japonskem pogosto in še na drugo šolo hodi. Ob prvem obisku doma po tem dogodku je Hirokazu materi vse priznal in jo prosil odpuščanja. Mati ga je vprašala, če hoče biti najboljši. Pritrdil je. »Potem pa bodi,« mu je odvrnila. Na svetovnem prvenstvu je imel zlomljeno roko in je potožil materi, da zaradi tega ne more zmagati. Mati ga je vprašala, ali se karate dela samo z rokami. Postal je svetovni prvak.

»Kanchō« Hirokazu Kanazawa 10. dan je v svetu karateja nesporni velikan. »Kanchō« je ustanovitelj in še danes glavni inštruktor in predsednik Shotokan Karate-do internacionalne federacije. Praktično je z včlanitvijo preko 120 držav sveta združil vse celine in naredil svet majhen. Sam pravi, da je to velika družina. Vsake tri leta poteka svetovno prvenstvo in seveda prvenstva po kontinentih, kot je evropsko prvenstvo. Na njegovih Karate-do seminarjih je vedno polna udeležba, saj je iskren in naraven. Mister Shotokan, kot ga v svetu kličejo, Hirokazu Kanazawa ima tri sinove in vsi trije mu sledijo v Karate-doju. (Lovrenc Kokalj, 2007)



Slika 2: Sensei Hirokazu Kanazawa

Dr. Ilija JORGA se je rodil 15. novembra leta 1940 v Beogradu. Je univerzitetni profesor, doktor medicine športa v Beogradu, soustanovitelj karate stila FUDOKAN, ki ga je leta 1980 skupaj z mojstrom Taidjijem KASEJEM in njegovim bratom Vladimirjem JORGO predstavil svetu.

Profesor dr. Ilija JORGA se je začel s karatejem ukvarjati 1959. leta. Njegov prvi inštruktor je bil starejši brat, Vladimir JORGA.

Je imetnik naziva šampion Evrope v katah, 13-kratni jugoslovanski prvak v borbah, kakor tudi dobitnik medalj na številnih mednarodnih turnirjih, vključno z evropskimi in svetovnimi prvenstvi. Profesor Ilija JORGA je prvi ne-japonski karateist, ki je osvojil svetovno prvenstvo, in to v Tokiu. Med letom 1968 in 1980 je bil selektor jugoslovanske karate ekipe, ki je osvojila 65 medalj na mednarodnih turnirjih in 12 evropskih in svetovnih šampionskih naslovov. Leta 1980 je predstavil nov sistem tradicionalnega karateja z imenom FUDOKAN. Kate, ki jih je takrat predstavil, so bile Heian oi-kumi, Kaminari in Taidji shodan. Njegova organizacija FUDOKAN je danes četrta največja karate organizacija v svetovnem merilu. Leta 1981 je zapustil Jugoslovansko karate federacijo in se odločil za samostojno kariero. Za nekaj let se je preselil v Francijo, kjer se je usposabljal pri velikem japonskem mojstru KASEJU. Bil mu je tudi asistent na mednarodnih usposabljanjih in kampih. Leta 1987 je pričel profesor JORGA sodelovati z Hidetako NISHIJAMA in skupaj z njim populariziral tradicionalni karate kot njegov učenec.

Profesor dr. Ilija JORGA je avtor in soavtor številnih knjig, ki sta jih pripravila skupaj z bratom Vladimirjem. (Karate klub Velenje, 2008)



Slika 3: Sensei Ilija Jorga

2.6 Judo

2.6.1 Nastanek in razvoj juda

Ustanovitelj modernega juda Jigoro Kano je bil rojen leta 1860. Od zgodnje mladosti je preučeval različne šole jiu-jitsa. Globoko zavedajoč se potrebe, da se ta dragocena veščina (ki je poleg sistema boja predstavljala tudi učinkovito metodo psihofizičnega in moralnega razvoja) zavaruje pred izginotjem in pozabo ter preda svetu kot pomemben del japonske kulturne dediščine. Kano iz nje razvije moderni šport.

Leta 1882, ko še ni imel 23 let, Kano ustanovi Kodokan (inštitut za iskanje poti). Po dolgotrajnih poučevanjih različnih šol jiu-jitsa, med njimi tudi dveh najboljših in najbolj znanih Kito Riu in Tenshin Riu, izbere najboljše tehnike, jih izpopolni, nekatere izoblikuje tudi sam, voden pri tem z načelom: z minimumom moči do maksimalnega učinka. Na ta način izoblikuje lastni sistem boja in ga poimenuje JU-DO. (JU- nežnost, gibek; DO; pot, način, princip). Na začetku je Kodokan imel eno samo dvorano z 12 blazinami, v kateri so trenirali Kano in njegovih 9 učencev. Po tem več kot skromnem začetku bi težko napovedali bodoči razvoj juda, danes enega najbolj razširjenih svetovnih športov. Kano pa je bil izredno močan in uporen človek. Ko je postavil svojemu sistemu čvrst in zdrav temelj, je nadaljeval njegov razvoj in ga izboljševal, ne ozirajoč se na močan odpor, ki so ga njegovemu načinu nudili zagovorniki klasične šole jiu-jitsa. Ta spor med Kanovimi učenci in pristaši stare šole je bil razrešen na najbolj učinkoviti način. Leta 1886 so priredili tekmovanje med ekipo Kodokana in ekipo takrat najbolj znane šole jiu-jitsu Tocuka. Ekipe so štejele po 15 članov. Velik uspeh Kodokanove ekipe je na široko odprl vrata nezadržnemu razširjanju JUDA. Že naslednje leto

je bila tehnika juda celovito oblikovana in od takrat v praktično nespremenjeni obliki nezadržno nadaljuje svoj pohod po svetu. Njegovi osnovni izreki so: »z minimumom moči maksimalen učinek«, »popusti, da zmagaš« in »skupen napredek z medsebojno pomočjo«. O cilju svoje metode je Kano rekel: »Judo predstavlja način, s pomočjo katerega lahko najbolj učinkovito uporabimo fizično in psihično moč. V poučevanju napada in obrambe judo krepi vaše telo in duha in vam pomaga, da njegove principe sprejmete kot svoje. Na ta način se izpopolnujete in postajate vzoren član skupnosti. To pa je tudi končni cilj juda.« Za neoviran razvoj juda je zelo važno dejstvo, da se, zahvaljujoč čvrsti osnovi, na katero je bil predstavljen, ni razdelil na več šol, kakor je to primer s karatejem in aikidom.



Slika 4: Sensei Jigoro Kano

Kano je bil prijatelj in sodelavec utemeljiteljev modernih olimpijskih iger. Že po prvi svetovni vojni osnujejo nacionalne judo zveze v Evropi, leta 1928 so določena pravila športne borbe. Po drugi svetovni vojni judo doživi pravi razcvet in v polnem smislu besede postane svetovni šport. Evropska judo zveza je bila ustanovljena leta 1948 v Londonu, Mednarodna svetovna judo federacija pa leta 1966 v Tokiu. Že leta 1928 je Kano izrazil željo, da judo postane olimpijski šport. Na žalost ni doživel uresničitve svojega sna. Umril je leta 1938. Na olimpijskih igrah se je judo pojavil prvič leta 1964 v Tokiu, leta 1972 v Münchenu je dobil status stalnega člana velike družine olimpijskih športov. (Čuš, 2004)

2.6.2 Pomen besede »judo«

Beseda judo, zapisana z pismenkama – »ju«, »nežnost, mehko, uglajenost« in – »do«, »pot, način, načelo«, v prevodu pomeni »mehka pot«, »pot nežnosti«, lahko tudi »pot sproščenosti« »pot prilagodljivosti«. Vsi ti prevodi odlikujejo miselnost, ki jo vsebuje judo, in sicer, da nasprotnika porazimo z preusmeritvijo njegove lastne sile in da se uspešno prilagajamo trenutnim pogojem. Judo prav tako vsebuje vidik optimalne učinkovitosti, ali za borbo z nasprotnikom ni potrebna le gola moč in teža. Kot rečeno, pa je judo poleg fizičnega tudi način razvoja samega sebe v duhovno-miselni smislu, kar odlikuje pismenka »do«.

Športnik, ki se ukvarja z judom, je judoist.

Judo izhaja iz Japonske kot izpeljanka različnih borilnih veščin, ki so jih razvijali samuraji skozi stoletja. Leta 1882 je Jigoro Kano iz različnih borilnih veščin izbral najboljše tehnike, ki se jih lahko varno izvaja, in osnoval svojo šolo borilnih veščin – KODOKAN JUDO.

Od takrat naprej se je judo hitro razširil po celem svetu. Danes je v Mednarodno judo federacijo (IJF) včlanjenih 187 držav, judo pa po celem svetu trenira preko 25 milijonov ljudi. Tako je judo v svetu drugi najpopularnejši šport, takoj za nogometom, v mnogih državah pa je tudi del športne vzgoje v osnovnih in srednjih šolah.

Judo je individualni šport, ki vpliva na psihološko stabilnost, vztrajnost ter enakomerno fizično krepitev telesa mladega človeka, saj se le-ta uči, kako premagati strah pred nasprotnikom in ovirami, ki se pojavljajo na treningu, tekmovanju, ... V vseh teh situacijah je odvisen od lastnih odločitev in reakcij. Premagovanje nasprotnika, ovir, težav in lastnega strahu v Judo lahko primerjamo s podobnimi situacijami v življenju. Dokazano je tudi, da se je šolski uspeh pri šoloobveznih otrocih, ki se ukvarjajo z judom, popravil za več kot 10 %; največji napredek so pokazali tisti, ki so še posebej izstopali pri vedenju (agresivnost, nedisciplinarnost, nezbranost, ...).

Judo pa je več kot samo učenje in uporaba borbenih tehnik. Je celovit in čudovit sistem fizične, intelektualne in moralne vzgoje. Ima svojo kulturo, sistem, zapuščino, navade in tradicijo. Judoistom podarja etična načela, način življenja in način bivanja. Ali kot se je izrazil sam Jigoro Kano:

"Judo predstavlja način, s pomočjo katerega lahko najbolj učinkovito uporabimo fizično in psihično moč. V poučevanju napada in obrambe, judo krepi vaše telo in duha in vam pomaga, da njegove principe sprejmete za svoje. Na ta način se izpopolnjujete in postajate vzoren član skupnosti. To pa je tudi končni cilj juda." (Judo Golovec, 2009)

S ponovno vzpostavitvijo in širitvijo trgovskih in političnih stikov Japonske s svetom v začetku 20. stoletja, pa tudi s potovanji posameznikov z namenom kulturne izmenjave, se je širil tudi judo. Bodisi prek Japoncev, ki so potovali po svetu, bodisi prek tujcev, ki so prišli na Japonsko in se tam juda naučili ter ga širili po svoji vrnitvi domov. Širitev juda po svetu je bil tudi namen njegovega začetnika, saj je bil prepričan o njegovem pomenu za dobro ljudi z vsega sveta. Do danes je judo postal s tega vidika najuspešnejša japonska borilna veščina, morda tudi azijska; po nekaterih štetjih je judo po številu udeležencev, ki naj bi jih bilo prek 30 milijonov, tretji najmnogičnejši šport na svetu. Krovna organizacija IJF pa je s 175 državami članicami najmnogičnejša športna organizacija znotraj olimpijskega komiteja.

S širitvijo juda po svetu je povezano tudi oblikovanje novih oblik sorodnih veščin. Tako je, recimo, prek naukov potujočega judoista Mitsuja Maeda, znanega pod špansko-japonskim vzdevkom »Conde Koma«, »baron težav«, v Braziliji nastal danes medijsko zelo izpostavljeni brazilski ju jitsu oz. gracie ju jitsu. Podobno je iz juda nastal sambo, ruska oblika goloroke borbe, kakor tudi mnoge moderne oblike »ju jitsuja« oz. samoobrambe, razvite v Evropi in ZDA tekom 20. stoletja, ki so podlagi juda postopno dodajale elemente iz mlajših aikida in karateja, pa tudi domačih oblik rokoborbe in boksa. Ker se je judo dokončno uredil in sistematiziral nekaj let po začetkih širjenja po svetu, je bil osnova mnogim izpeljanim oblikam izvirnejši judo. Poleg njihovega neodvisnega razvoja in dodatnih vplivov skozi čas je tudi to eden izmed razlogov za njihovo ločitev od sodobnega juda. (Wikipedia, 2009)

2.6.3 Razvoj juda v Sloveniji

Judo se je v Sloveniji začel organizirano uveljavljati šele po drugi svetovni vojni. Pred vojno so ju jitsu, prednika modernega juda, gojili le pri policiji in žandarmeriji. Zaradi želje po učinkoviti samoobrambi so posamezniki pred drugo svetovno vojno in med njo ustanavljali povečini zasebne šole, vendar so te sčasoma razpadle. (Butul, 2008)

Razvoj juda v Velenju

Marcel Medved se je z judom seznanil preko svojega prijatelja in sodelavca ter legendo slovenskega juda Ivom Reyo. Leta 1958 se je na povabilo in prigovarjanje Iva Reye udeležil treninga juda v takratnem klubu Olimp v Celju. Judo ga je takoj prevzel in tako se je že leta 1960 z ekipo celjskega kluba na Gorenjskem sejmu pomeril s takratnim Judo klubom Triglav iz Kranja. Tekmovanje in predstavitev obrambnih tehnik je potekalo na prostem, na posebno pripravljenem odru, pravi Marcel Medved.

Judo je pričel trenirati dokaj pozno, pri 24 letih, a ga to ni odvrnilo od njegove namere. Do leta 1960 je treniral v Celju, potem pa se je preselil v Velenje. Jeseni leta 1961 je organiziral prvi tečaj juda. Na prvi trimesečni tečaj vadbe se je vpisalo kar 75 interesentov. Po zaključku tečaja so na prvi ustanovni skupščini, 15. decembra leta 1961, ustanovili Judo sekcijo pri Splošno telesno vzgojnem društvu Partizan – Rudar. Iz zapisnika je razvidno, da so sestanki in treningi potekali na Prvi osnovni šoli, na današnji Osnovni šoli Miha Pintarja Toleda. Na občnem zboru je bilo prisotnih 32 tečajnikov. V ustanovni listini je zapisano, da je bila povod za ustanovitev judo kluba želja tečajnikov, da nadaljujejo z gojenjem športa v tej panogi. Za predsednika kluba so izvolili Marcela Medveda, za tajnika Marjana Pavčiča in za blagajnika Romana Jana. Treninge je vodil Marcel Medved.

Po besedah ustanovitelja in trenerja Judo kluba Velenje je bil v tistem času velik problem nabava ustreznih blazin in kimon. Marcel Medved se z veseljem spominja: "Včasih smo trenirali kar na parketu, ker še nismo imeli blazin. Padce smo vadili na tleh. Imeli smo sicer nekaj blazin, ki so jih uporabljali tudi pri vadbi gimnastike. Naše prve blazine so bile polnjene z morsko travo. Pogoji za trening res niso bili idealni, a smo kljub temu vztrajali pri tem športu. Prvi rezultati in uspehi na tekmovanjih so dali mladi ekipi še dodaten zagon, tako da nas neprimerni prostori in oprema niso motili. Leta 1962 so člani Judo kluba Velenje že tekmovali v drugi slovenski ligi in dosegali vidnejše rezultate. Trenerski tečaji in izpopolnjevanja so se odvijali, tako kot danes, pod vodstvom priznanih mojstrov". Klub je v svojem 43-letnem delovanju izoblikoval vrsto tekmovalcev in športnikov, ki so krojili tako slovenski kot tudi jugoslovanski in evropski vrh juda.

2.6.4 Stopnje po pasovih

Tabela 4: Prvotna razdelitev po pasovih v judu (Wikipedia, 2009)

brez stopnje = beli pas (začetnik)
6. kju - 4. kju = beli pas (učenec)
3. kju - 1. kju = rjavi pas (učenec)
1. dan - 3. dan = črni pas (mojster)

Kasneje je sledi spodnji sistem:

Tabela 5: Kasnejša razdelitev po pasovih v judu (Wikipedia, 2009)

brez stopnje = beli pas (začetnik)

8. kju = rumeno-beli pas (učenec)
7. kju = rumeni pas (učenec)
6. kju = rumeno-oranžni pas (učenec)
5. kju = oranžni pas (učenec)
4. kju = oranžno-zeleni pas (učenec)
3. kju = zeleni pas (učenec)
2. kju = modri pas (učenec)
1. kju = rjavi pas (učenec)
1. dan - 5. dan = črni pas (mojster)
6. dan - 8. dan = rdeče-beli pas (mojster)
9. dan = rdeči pas (mojster)
10. dan = beli pas, dvojna širina (mojster)

2.6.5 Katana

Katano bomo opisali samo kot enega od delov japonske nacionalne dediščine, ki so jo uporabljali samuraji v borbi. To je orožje, ki je nasprotnika v borbi pokončalo z enim udarcem. Uporabljali so jo izključno v borbah za samoobrambo.

Katana je meč, ki izvira z Japonske. Izdelava teh mečev je na tem otočju stara več stoletij. Gotovo najbolj znan in legendaren kovač teh mečev je Masamune, ki je živel na prehodu iz 13. v 14. stoletje. Izdeloval je izredne meče, katerih kvaliteta in eleganca sta še danes nepresežena. Večina njegovih ohranjenih katan se šteje med japonsko nacionalno dediščino.

Katana je rahlo ukrivljeno rezilo z rezalno površino na zunanji strani loka. Dolžina ni enotna, vendar v splošnem velja, da naj se, ko katano držimo v roki, spuščeni ob telesu, konica ne bi dotikala tal. Rezilo katane je odporno ter izredno prožno s trdim in ostrim robom. Te lastnosti so tudi eden od razlogov, da Japonci niso nikoli izdelovali ali uporabljali ščitov. Vendar pa velja, da naj bi se v boju strogo izogibali stika z drugim mečem, še posebej rezila na rezilo. Boj s katano naj bi se končal z enim odločilnim udarcem. V nasprotju s splošnim prepričanjem iz hollywoodskih filmov pa se s katano ne seka, pač pa reže.

Za razliko od zahodnjaškega načina nošenja ukrivljenih mečev (z rezilom, obrnjenim navzdol) se katana nosi z rezilom tradicionalno obrnjenim navzgor (za razliko od kar nekaj hollywoodskih filmov), kajti Japonci so s tem verjeli, da se meč ne bo v bitki obrnil proti njim.



Slika 5: Katana

Obstajajo tudi različne verzije katan. Ločijo se po obliki in dolžini rezila. Ukrivljena rezila so nosili samuraji, elita japonskih bojevnikov, vezanih na Bushido. Ninje niso nosile enakih katan kot samuraji, temveč ravne in malce krajše verzije, imenovane ninja ken. (Wikipedia, 2009)

3 METODOLOGIJA

3.1 Vzorec

Obstajajo tudi različne verzije katan. Ločijo se po obliki in dolžini rezila. Ukrivljena rezila so nosili samuraji, elita japonskih bojevnikov, vezanih na Bushido. Ninje niso nosile enakih katan kot samuraji, temveč ravne in malce krajše verzije, imenovane ninja ken. (Wikipedia, 2009)

3.2 Metode dela

Uporabljene so bile: metoda anketiranja, metoda analize in sinteze in metoda statistične obdelave.

Načini in postopki zbiranja podatkov:

- a) pregled in proučevanje literature
- b) anketiranje

3.3 Priprava na anketiranje in anketni vprašalnik

Otroški anketni vprašalnik je vseboval 6 vprašanj zaprtega tipa (vprašanja z vezanimi odgovori) in eno vprašanje odprtega tipa (vprašanje s prostim odgovorom).

Vprašalnik za odrasle je vseboval 9 vprašanj zaprtega tipa in 5 vprašanj odprtega tipa.

Anketa za mladino je bila izvedena v OŠ Šoštanj v starostni skupini od 10 do 15 let. Anketa pri odraslih je bila izveden naključno in starost ni bila določena.

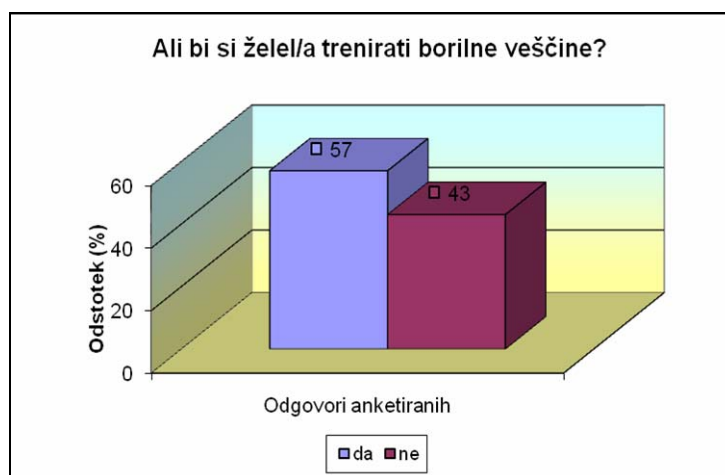
4 IZSLEDKI IN RAZPRAVA

4.1 Anketna vprašanja in analiza odgovorov

1. Ali bi si želel trenirati borilne veščine?

Z »da« je na to vprašanje odgovorilo 57 % anketiranih, z »ne« pa 43 %.

Graf 1: Želja po treniranju borilnih veščin

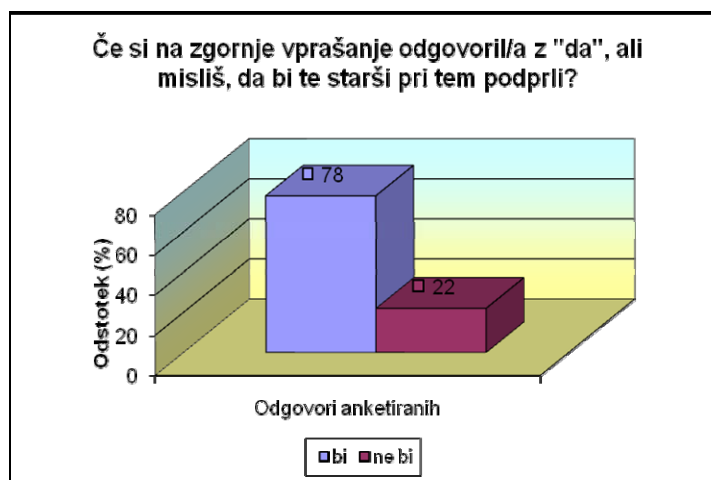


2. Če si na zgornje vprašanje odgovoril z »da«, ali misliš, da bi te starši pri tem podprli?

Mnenje 78 % anketiranih je, da bi jih starši pri tem podprli, 22 % jih meni, da jih starši ne bi podprli.

Kljub temu da je bilo vprašanje zastavljeno drugače, so nanj odgovorili vsi anketirani.

Graf 2: Podpora staršev



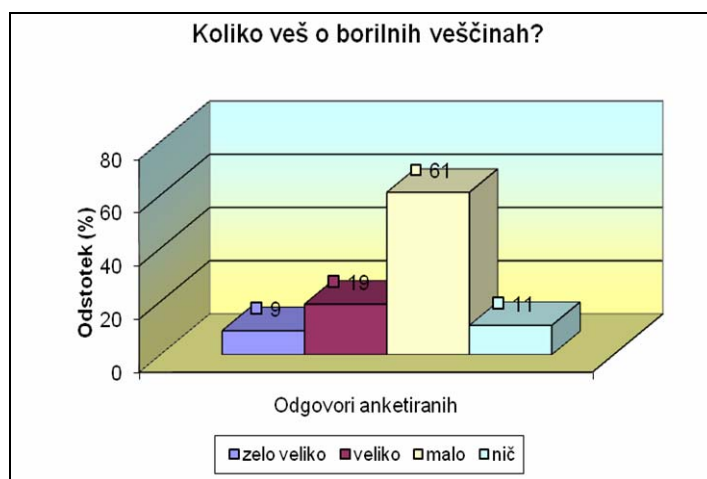
3. Če si na prejšnje vprašanje odgovoril z »ne bi me podprli«, zakaj tako misliš?

- otroci nočejo, da bi jih starši pri tem podprli (9)
- zaradi pomanjkanja časa (1)
- starši ne marajo borilnih veščin (5)
- zato, ker že trenirajo drug šport (6)
- zato, ker se že drug član družine s tem ukvarja (2)

4. Koliko veš o borilnih veščinah?

Na to vprašanje je 9 % vprašanih odgovorilo, da o borilnih veščinah ve zelo veliko, 19 % jih o BV ve veliko, 61 % ve malo, 11 % jih o BV ne ve nič.

Graf 3: Poznavanje borilnih veščin



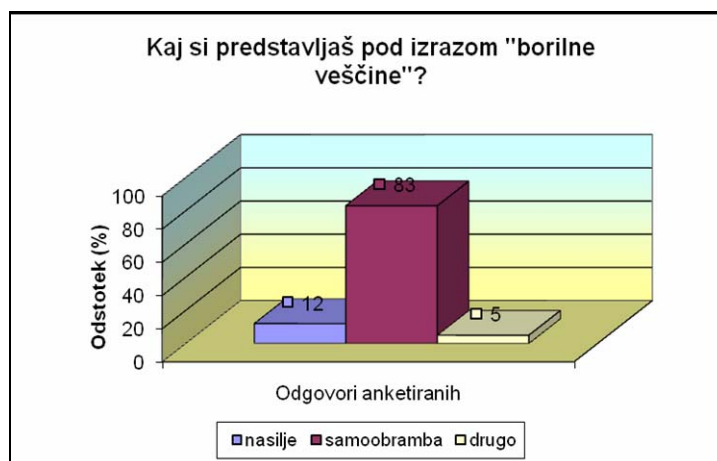
5. Kaj si predstavljaš pod izrazom »borilne veščine«?

Pod izrazom »borilne veščine« si 12 % vprašanih predstavlja in meni, da so BV nasilje, 83 % meni, da gre za obrambo, 5 % pa je menilo, da spada med drugo.

Graf 4: Povezovanje z izrazom borilne veščine

Drugo:

- šport



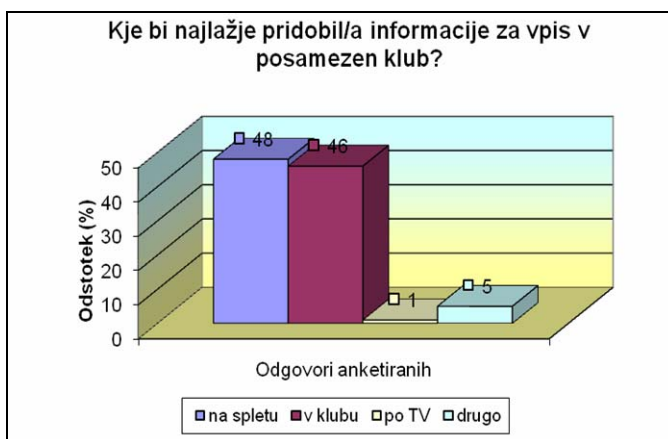
6. Kje bi najlažje pridobil/a informacije za vpis v posamezni klub?

48 % vprašanih bi informacije pridobilo na spletu, 46 % bi se pozanimalo v klubu, 1 % bi informacije poiskal po televiziji in 5 % drugje.

Drugo:

- pri učitelju za športno vzgojo (1)
- od znancev, ki že trenirajo (5)
- po telefonu (1)
- iz plakatnih reklam (1)

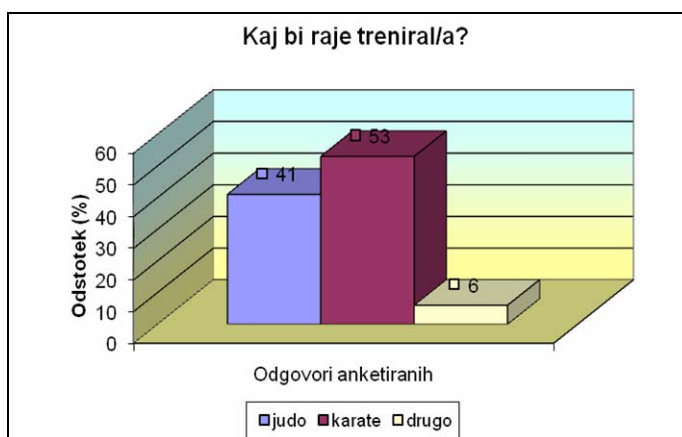
Graf 5: Najlažje pridobivanje informacij za vpis v klub



7. Kaj bi raje treniral/a?

Karate bi treniralo 53 % vprašanih, 41 % bi treniralo judo in 6 % kakšno drugo borilno veščino.

Graf 6: Kaj bi raje treniral/a

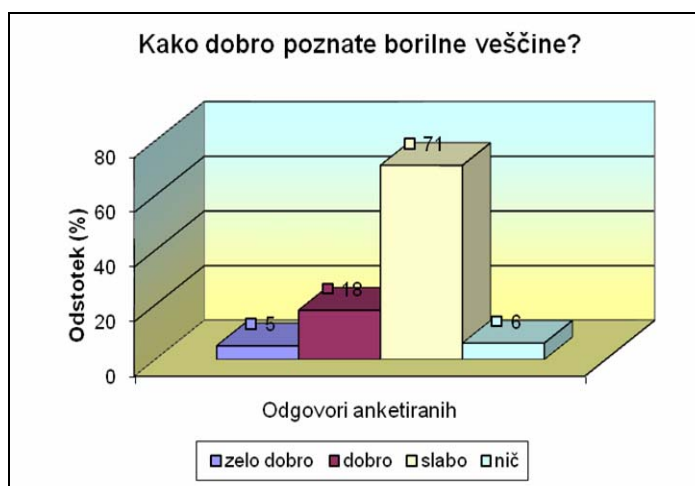


Anketni vprašalnik za odrasle

1. Kako dobro poznate borilne veščine?

Na to vprašanje je 5 % vprašanih je odgovorilo, da borilne veščine pozna zelo dobro, 18 % vprašanih jih pozna dobro, 71 % slabo in 6 % o njih ne ve nič.

Graf 7: Poznavanje borilnih veščin



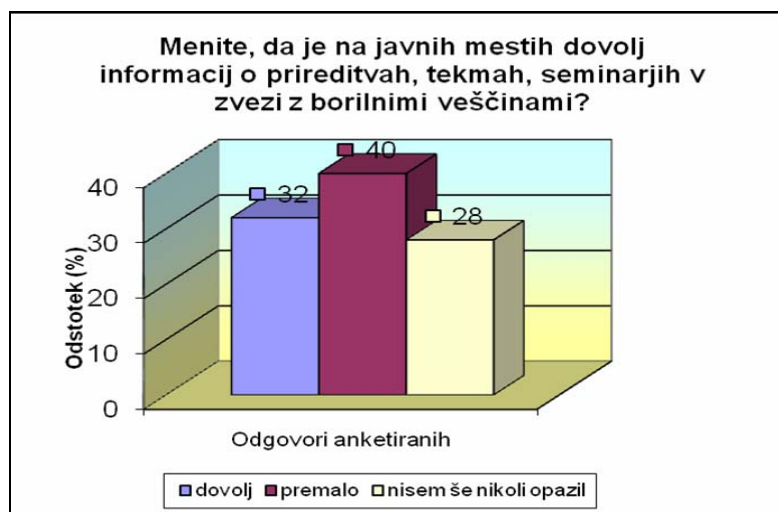
2. Prosimo, naštejte nekaj borilnih veščin, ki jih poznate.

- karate (62)
- judo (57)
- boks (43)
- teakwon-do (29)
- jiu jitsu (12)
- kick box (10)
- kung-fu (9)
- aikido (8)
- rokoborbe (4)
- sumo (3)
- kendo (3)
- sabljanje (1)
- kempo (1)
- korja (1)
- kobudo (1)
- wrestling (1)

3. Menite, da je na javnih mestih dovolj informacij o prireditvah, tekmah, seminarjih v zvezi z borilnimi veščinami?

32 % vprašanih meni, da je na javnih mestih dovolj informacij, 40 % je mnenja, da jih je premalo, 28 % pa teh informacij ni še nikoli opazilo.

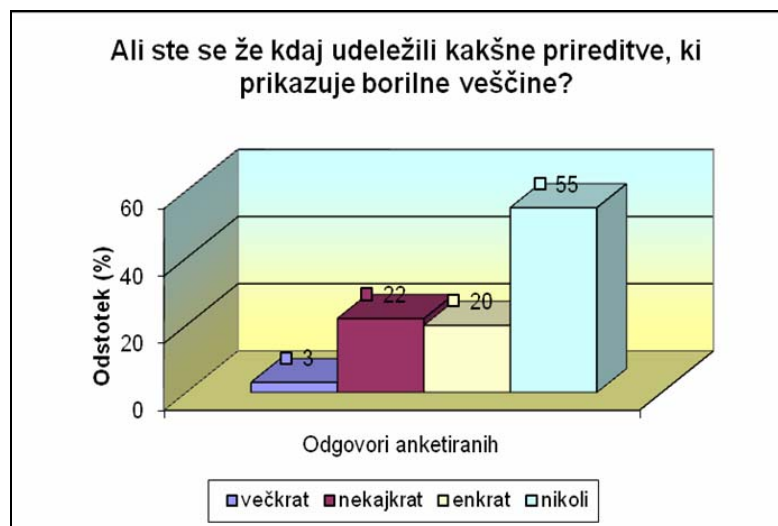
Graf 8: Informacije na javnih mestih



4. Ali ste se že kdaj udeležili prireditve, ki prikazuje borilne veščine?

Prireditve se je večkrat udeležilo 3 % vprašanih, 22 % se je dogodka udeležilo nekajkrat, 20 % se jih je udeležilo enkrat, 55 % pa še nikoli.

Graf 9: Udeležitev prireditvev



5. Ali veste, kdaj se je možno vpisati v začetniške tečaje borilnih veščin?

28 % vprašanih ve, kdaj se je možno vpisati v začetniške tečaje, 72 % pa tega ne ve.

6. Prosimo, napišite imena klubov borilnih veščin v Velenju in okolici.

- Karate klub Velenje (19)

- Judo klub Velenje (11)
- Karate klub Tiger (10)
- Teakwon-do klub Skala (7)
- Karate klub Shotokan Velenje (6)

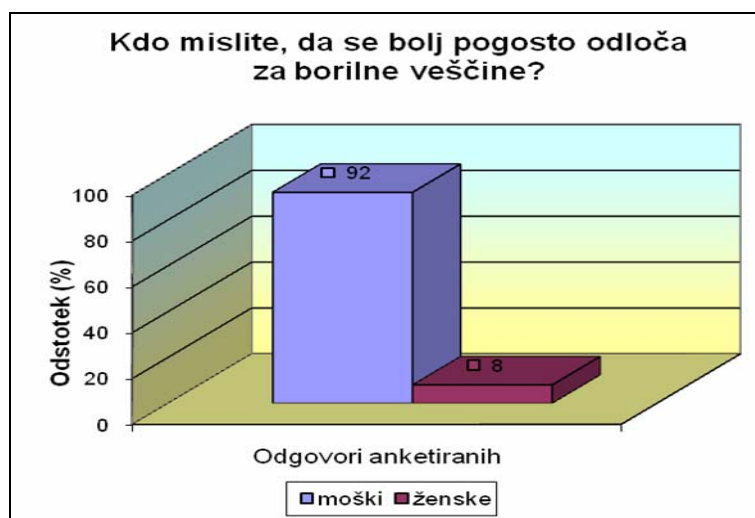
Graf 10: Možnost vpisa v začetniški tečaj



7. Kdo, mislite, se bolj pogosto odloča za borilne veščine?

92 % vprašanih meni, da se za borilne veščine bolj odločajo moški, 8 % vprašanih pa je mnenja, da se za borilne veščine bolj odločajo ženske.

Graf 11: Odločanje za treniranje borilnih veščin



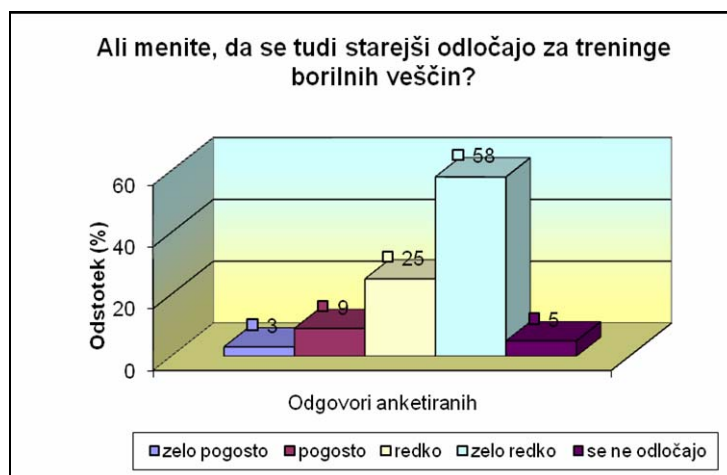
8. Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili, da se za borilne veščine bolj odločajo ženske, zakaj menite tako?

- ker se vedno bolj čutijo ogrožene in zaradi občutka varnosti (5)

9. Ali menite, da se tudi starejši odločajo za treninge borilnih veščin?

Na to vprašanje so 3% vprašanih odgovorili, da se starejši zelo pogosto odločajo za treninge borilnih veščin, 9 % vprašanih je mnenja, da se za treninge odločajo pogosto, 25 % vprašanih meni, da se odločajo redko, 58 % vprašanih meni, da se za treninge odločajo zelo redko, 5 % pa je mnenja, da se za treninge sploh ne odločajo.

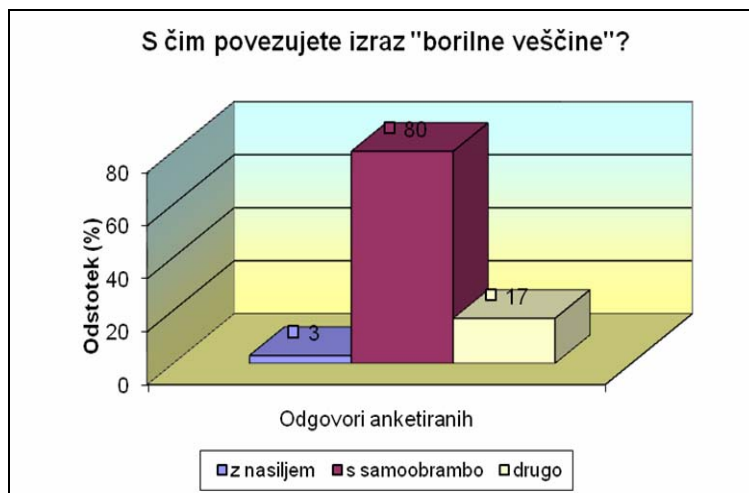
Graf 12: Ali se starejši odločajo za borilne veščine



10. S čim povezuje izraz »borilne veščine«?

3 % vprašanih povezujejo izraz borilne veščine z nasiljem, 80 % ga povezuje s samoobrambo, 17 % pa ni izbralo ne samoobrambo in ne nasilje.

Graf 13: Povezovanje z izrazom borilne veščine



Drugo:

- rekreacija
- samozavest

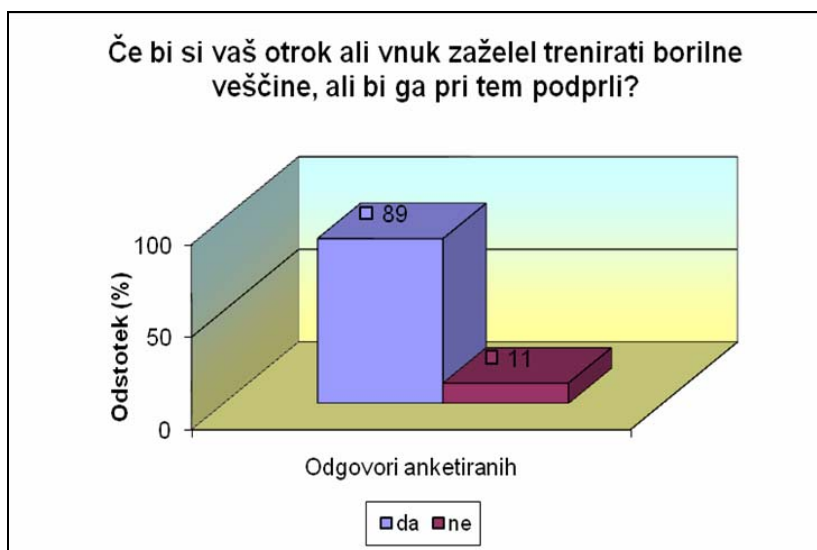
11. Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili z odgovorom »da«, navedite vsaj en razlog, zakaj tako menite.

- po navadi trenirajo to ljudje, ki so že po naravi agresivni in so nagnjeni k nasilju,
- ker določene osebe želijo pokazati svoje znanje pred svojimi kolegi in so nasilni do ostalih, ki temu niso kos,
- ker je fizično delovanje, prihaja do neposrednih kontaktov in so lahko zelo pogoste poškodbe,
- če je nasilje, se braniš in je dobro, če obvladaš kakšen prijem ali udarec, s katerim se rešiš neizogibnega napada.

12. Če bi si vaš otrok ali vnuk zaželel trenirati borilne veščine, ali bi ga pri tem podprli?

89% vprašanih bi svoje otroke ali vnuke podprlo pri njihovih željah, 11% jim te podpore ne bi namenilo.

Graf 14: Podpora otroka ali vnuka



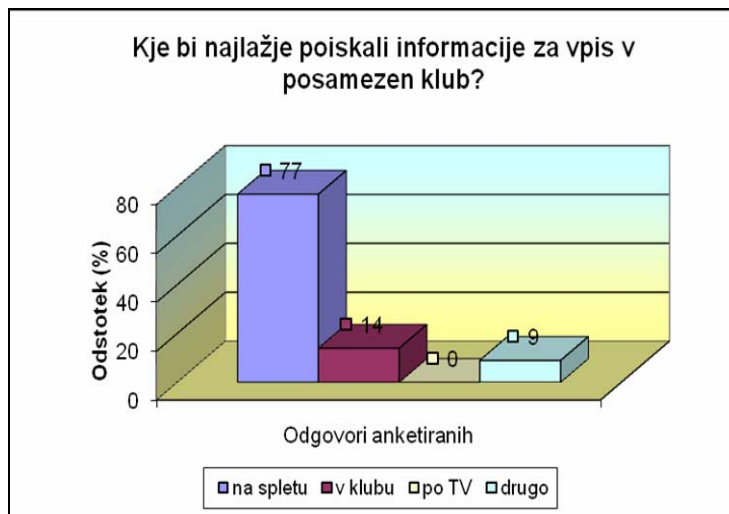
13. Kje bi najlažje poiskali informacije za vpis v posamezne klube?

77% anketiranih bi te informacije poiskalo na spletu, 14% v klubu, 9% pa iz drugih virov.

Graf 15: Najlažje pridobivanje informacij za vpis v klub

Drugo:

- od prijateljev in sodelavcev (6)



14. Ali se vidite v luči karateista, judoista? Zakaj se vidite ali zakaj se ne?

- ker me ne zanima,
- nisem takšen po naravi,
- premalo časa za dodatno aktivnost,
- me ne zanima, če se moram braniti, se zelo uspešno branim na nivoju komunikacije,
- nisem športni tip,
- ker za moja leta so bolj primerni umirjeni športi,
- ne, sem pa treniral,
- ker sem zamudila, ti športi so mi pa drugače všeč in so zelo koristni,
- zaradi starosti,
- se ukvarjam z drugačnimi vrstami rekreacije,
- zdravstvene težave,
- ker mi niso všeč,
- ne, zdaj ne več, sem pa kot mladoletnik imel ambicije,
- ker nisem za športe, kjer prihaja do fizičnih kontaktov med tekmovalci,
- rajši imam druge oblike rekreacije, za vse pa ni časa,
- ne, sedaj sem v slabšem kondicijskem stanju, če bi to začela od otroštva dalje, pa morda,
- ker z leti postanejo sklepi manj gibčni in kosti se hitreje zlomijo,
- da, ker sem trenirala judo, poleg tega te borilne veščine učijo odnose do soljudi, do sebe, krepijo samozavest in vrlino,
- da, tudi sam se ukvarjal s karatejem, v tem vidim samoobvladovanje, strpnost, krepitev duha in krepitev samozavesti.

4.2 Razprava

4.2.1 Klubi borilnih veščin v občini Velenje in Šoštanj

Večina klubov in društev v Mestni občini Velenje in Občini Šoštanj je združenih v Športni zvezi Velenje oziroma Športni zvezi Šoštanj. Športna zveza Velenje združuje 37 klubov in društev, Športna zveza Šoštanj pa 20 klubov in društev.

V Občini Šoštanj ni nobenega kluba borilnih veščin, zato bomo v nadaljevanju govorili samo o klubih v MO Velenje.

Športna zveza Velenje ima pod svojim okriljem registriranih 5 klubov borilnih veščin, in sicer naslednje (abecedno):

- Judo klub Velenje
- Karate klub Shotokan Velenje
- Karate klub Tiger
- Karate klub Velenje
- Teakwon-do klub Skala

Z anketo smo ugotovili, da anketirani najbolj poznajo Karate klub Velenje in Judo klub Velenje. To je po svoje tudi razumljivo, saj sta ta dva kluba med najstarejšimi klubi tudi v slovenskem merilu. Judo klub je bil ustanovljen leta 1962, Karate klub Velenje pa leta 1968 in je tudi najstarejši karate klub v Sloveniji. Med drugim ima Karate klub Velenje med vsemi karate klubi v Velenju tudi največ članov.

Tabela 6: Število članov in leto ustanovitve

Ime kluba	Leto ustanovitve	Leto	Št. članov
Karate klub Velenje	1968	2004	140
		2005	120
		2006	130
		2007	140
		2008	138
Karate klub Tiger	1995	2004	75
		2005	75
		2006	70
		2007	103
		2008	110
Karate klub Shotokan	2005	2006	55
		2007	70
		2008	80
		2004	50
		2005	50
Judo klub Velenje	1962	2006	55
		2007	90

		2008	50
Taekwon-do klub Skala Velenje	1998	2006	60
		2007	60
		2008	69

Vprašanje o poznavanju klubov smo v anketi postavili samo odraslim, saj menimo, da imajo pri izbiri kluba za trening odrasli bolj odločilno vlogo kot otroci. Predvidevamo, da bi otroci klube prav tako dobro poznali, saj so informacije o delu vseh klubov dostopne na spletu.

4.2.2 Borilne veščine so primerne za mladino

Glede na rezultate iz prvega vprašanja pri anketi za mladino, kjer je 57 % anketiranih odgovorilo, da bi želelo trenirati borilne veščine, in 43 %, da si tega ne želi, lahko sklepamo, da ni prisotna velika želja po treningu te vrste. Odrasli so na vprašanje, ali bi otroka ali vnuka podprli pri želji za trening borilnih veščin, v 89 % odgovorili z »da«. Torej lahko sklepamo, da morda mladi ne poznajo dovolj prednosti treniranja borilnih veščin. V klubih ugotavljajo, da je vedno več članov, ki so mlajši od 10 let. Mi z našo anketo te starostne strukture nismo zajeli. Glede na razmerje oddanih vprašalnikov lahko rečemo, da med spoloma ni bistvenih razlik. Tega pravzaprav nismo želeli ugotavljati, saj menimo, da pri zreli odločitvi za trening borilnih veščin spol ne igra odločilne vloge.

Naša hipoteza je bila, da bi več kot 60 % otrok treniralo borilne veščine in da bi jih več kot 60 % staršev pri tem podprlo.

Rezultati, ki smo jih z anketo dobili, hipoteze sicer niso čisto potrdili, kajti 57 % mladine je odgovorilo, da bi treniralo borilne veščine. Odstotek je tako blizu predvidevanjem, da hipotezo v tem delu lahko potrdimo. Potrdimo jo pa lahko tudi pri predvidevanju, da bo vsaj 60 % odraslih svoje otroke ali vnuke pri tej odločitvi podprlo. Kar 89 % odraslih je odgovorilo, da bi svoje otroke podprlo pri želji treniranja borilnih veščin, kar se nam je zdelo presenetljivo in za promocijo borilnih veščin zelo pozitivno.

4.2.3 Borilne veščine so primerne tudi za odrasle

Gichin Funakoshi, oče modernega karateja, je pri starosti 89 let, tik preden je umrl, izjavil, da je edina stvar, ki jo obžaluje ob koncu svojega življenja ta, da mu zmanjkuje časa, ker je komaj začel doumevati pravo naravo preprostega *tsuki-ja* (japonski izraz za osnovni udarec naravnost, op. avt.), ki je ena izmed prvih tehnik, ki se je nauči začetnik. Tisti, ki želijo v borilnih veščinah hitre odgovore, bodo na rezultate čakali zelo dolgo ali pa jih sploh ne bodo nikoli dosegli. Bistvo borilnih veščin torej ni v doseganju ciljev, temveč v iskanju poti. (Toguchi, 1987) .

Takšna načela lažje in bolje razumejo tisti, ki so se z borilnimi veščinami ukvarjali tudi že v mladih letih. V mnogih klubih borilnih veščin je ta ciljna skupina zelo zanimiva; ta struktura je po našem mnenju najbolj »pripravljena« sprejeti filozofijo tradicionalnih borilnih veščin.

Omenili smo, da se je povprečna starost začetnikov zelo znižala in gotovo se je v sodobni družbi, kjer so se tudi vrednote spremenile, spremenil tudi osnovni cilj treninga borilnih veščin. Za marsikoga je osnovni cilj treninga tekma in zmaga na športnih tekmovanjih. Pri športnih tekmovanjih si lahko razvijejo pozitivne miselne učinke, kot so zadovoljstvo ob uspehu, prijateljstvu, igri, sproščanju nakopičene energije ipd. Osnovno sporočilo in namen se lahko na ta način hitro zanemarita in pozabita.

Pri generacijskem prehodu se velika večina za nadaljevanje treniranja ne odloči. Menimo, da je to velika škoda. Številni odrasli v tem športu enako ali še bolj uživajo. Lahko so v veliko pomoč pri promociji tega športa pri mladih. Omenili smo že zelo veliko vlogo, ki jo ima učitelj oziroma mentor; če gre za zrele osebnosti, so dragocen vir znanja in energije, ki jo lahko prenašajo tistim, ki si to želijo.

Ena od hipotez je bila, da se starejši za ta šport redko odločajo. To hipotezo moramo v celoti potrditi, saj je 25 % anketiranih odgovorilo, da se za ta šport odrasli odločajo redko, in kar 58 % , da se za ta šport odločajo zelo redko.

V tem kontekstu lahko potrdimo tudi hipotezo, da se 90 % anketiranih odraslih ne vidi v luči karateista. Odgovori, kje so razlogi za to, so podani kot del analize anketnega vprašalnika št. 14.

4.2.4 Za borilne veščine se čedalje bolj odločajo ženske

Naša hipoteza je bila, da se za treninge borilnih veščin vedno bolj odločajo tudi ženske. Razloge za to smo med drugim videli v vedno večjem nasilju nad njimi in posledično večjem občutku njihove ogroženosti ter v vedno večji emancipaciji. Predvidevali smo, da bi treninge obiskovale torej zato, da bi imele večji občutek varnosti in možnosti samoobrambe, nekatere pa tudi zaradi rekreacije in boljšega počutja. Naša hipoteza je bila, da se za trening borilnih veščin vedno bolj odločajo ženske, vendar jo glede na dobljen rezultat ne moremo potrditi. Samo 8 % vprašanih je bilo mnenja, da se za borilne veščine bolj pogosto zanimajo ženske in samo 5 je bilo takih, ki so podali tudi razloge za to.

V nadaljevanju povzemamo samo nekaj podatkov, ki bi lahko bili dovolj močan argument za to, da bi se ženske bolj odločale za spoznavanje (vsaj osnov) samoobrambe.

Belgija: 44,3 % umorov se zgodi v družini; Brazilija: 70 % vseh umorjenih žensk ubijejo njihovi (bivši) partnerji; Izrael: 42 % umorov se zgodi v družini; Kanada: 54 % vseh umorjenih žensk ubijejo njihovi (bivši) partnerji; Nemčija: vsaka tretja ženska je že doživela nasilje s strani svojega (bivšega) partnerja; Nizozemska: (bivši) partnerji vsako leto umorijo od 60 do 70 žensk; Slovenija: ni podatkov; Velika Britanija in Wales: med 42 % in 49 % vseh umorjenih žensk ubijejo njihovi partnerji; ZDA: 70 % vseh umorov se zgodi v intimnih razmerjih ...

»Padla sem po stopnicah!« To je pogost izgovor, ki ga pretepane ženske uporabljajo, da bi pojasnile poškodbe, ki jih je povzročil njihov (bivši) partner. Sram in bolečina, ki ju

doživljajo ženske v povezavi z odnosom družbe do nasilja nad ženskami, otežujeta, da bi o nasilju spregovorile in poiskale pomoč. (Ženska svetovalnica, 2008)

Predpostavljali smo, da bo odstotek žensk, ki bi trenirale borilne veščine, vsaj nekoliko višji (zaradi ogroženosti). To hipotezo smo ovrgli, ker je kar 92 % anketiranih odgovorilo, da se za borilne veščine še vedno bolj odločajo moški.

4.2.5 Poznavanje in načini informiranja

Za odločitev o tem, ali se bomo z nekim športom resno in aktivno ukvarjali, je odvisna od mnogih dejavnikov, ki so med drugim odvisni od poznavanja aktivnosti, od splošnega mnenja in »ugleda«, od vpliva vrtnikov oziroma prijateljev, od starosti, spola itd. Naš namen ni podrobno analizirati te vplive, pač pa ugotoviti, kašna je stopnja poznavanja borilnih veščin in kateri so mediji, ki na poznavanje vplivajo.

Predvidevali smo, da na splošno ljudje borilnih veščin ne poznajo prav dobro. Kar 71 % vprašanih odraslih slabo pozna borilne veščine. Nekoliko boljše od odraslih poznajo borilne veščine osnovnošolci. O borilnih veščinah ve malo 61 % anketiranih in kar 11 % o tem ne ve nič. Pri odraslih je takšnih 6 %.

Mladi torej bolje poznajo borilne veščine kot pa starejši. Razlog je verjetno v tem, da te discipline trenira vedno več mladih. O tem se seveda pogovarjajo s svojimi vrstniki, gledajo akcijske filme, brskajo po spletu. Razlogi za to, da se starejši za to zvrst zanimajo manj, se vsaj delno skrivajo v nekaterih tipičnih odgovorih: zdravstvene težave, starost, ker se jim zdi ta šport preveč agresiven, ker jim primanjkuje časa, ker jih bolj zanimajo druge vrste športov, zaradi večje možnosti poškodb, možnost obrambe zgolj s komunikacijo itd. Nekateri menijo, da, če bi se z borilnimi veščinami ukvarjali v mladih letih, bi morda še danes vztrajali.

Naša hipoteza je potrjena.

Na poznavanje borilnih veščin gotovo vplivajo tudi informacije o tečajih, tekmah, seminarjih, ki so dostopne na javnih mestih. Da je teh informacij dovolj, meni 32 % vprašanih, 40 % pa meni, da jih je premalo. Zanimivih je 28 % tistih, ki informacij še niso opazili. Razlog je lahko v tem, da jih to ne zanima, ali pa v tem, da niso dovolj opazne.

Ob analizi vprašalnika nam je bilo žal, da nismo postavili vprašanja, ki bi razkrilo razloge za to ugotovitev.

Gotovo za popularizacijo borilnih veščin ni dovolj samo propagandni material, ki ga, po rezultatih iz ankete velika večina (77 % odraslih in 48 % mladih) poišče na spletu, pač pa so pomembna tudi »doživetja« tega športa. Našo hipotezo, da se 70 % ljudi še ni udeležilo prireditve, ki prikazuje borilne veščine, smo postavili z upanjem, da bo tak odstotek vseeno bistveno manjši, kajti v Velenju vendarle deluje sorazmerno veliko klubov borilnih veščin (obstaja tudi Društvo borilnih veščin). 55 % vprašanih se prireditve še nikoli ni udeležilo in 20 % se jih je udeležilo enkrat. Našo hipotezo torej lahko skoraj bolj potrdimo, kot pa ovržemo.

Predvidevali smo, da bo velika večina poiskala informacije o delovanju klubov preko spleta in z anketo smo to tudi potrdili. Vsi klubi borilnih veščin, ki delujejo v Velenju, imajo svojo spletno stran.

4.2.6 Na kaj pomislimo ob izrazu borilne veščine

Predvidevali smo, da bo več kot polovica anketiranih ob izrazu »borilne veščine« pomislila na nasilje. Naša predpostavka se ni potrdila ne pri odraslih (3 %) in ne pri mladini (12 %). Več otrok je izraz borilne veščine povezalo z nasiljem zato, ker gledajo veliko filmov, v katerih je vedno več nasilja in veliko elementov, ki izhajajo iz veščin borilnih športov. Z njimi se lahko nasilje povzroča oziroma preprečuje. Menimo, da so anketiranci v to smer tudi razmišljali, saj je 83 % osnovnošolcev in 80 % odraslih ta izraz povezalo s samoobrambo.

Zanimive so bile ugotovitve, so da se za ta šport odločajo že po naravi agresivni in nasilni ljudje, ki se želijo pokazati pred svojimi vrstniki in so nasilni do šibkejših.

Hipoteze št. 8 torej ne moremo potrditi, tudi če seštejemo glasove obeh anket. Seštevek znaša le 15 %, kar nas zelo preseneča.

5 SKLEPI

Karate in judo sta borilni veščini (drugih vrst nismo podrobneje proučevali), ki temeljita na obvladovanju nasilnega vedenja. Kljub temu še vedno velja v javnosti prepričanje, da borilni športi nasilje povzročajo in ne preprečujejo.

Omenjeni predsodki so lahko samo rezultat nepoznavanja tega športa, zato smo v nalogi poskušali ugotoviti, koliko ljudje borilne veščine dejansko poznajo. Ugotovili smo, da je poznavanje borilnih veščin med osnovnošolci v Šoštanju in odraslimi v Velenju in Šoštanju slabo. Velika večina ima možnost preko spleta poiskati informacije o klubih borilnih veščin, ki delujejo v Velenju. Kljub temu da informacije ljudje lahko iščejo preko računalnikov in po televiziji, pogrešajo informacije na javnih mestih.

Borilne veščine so zaradi svojih filozofskih osnov primerne tako za mladino kot za odrasle. Mladi v teh športih zadovoljujejo številne potrebe (tekmovalnost, moč, ugled, druženje ...) in Karate klub Velenje (samo za primer) ima v svojih dokumentih zapisano svoje poslanstvo in strategijo. V njej gradi tako na mladih članih kot tudi na starejših. Po eni strani so to tisti, ki so se z borilnimi veščinami že ukvarjali, in tisti, ki bi se (verjetno bolj rekreativno) šele začeli. V nalogi smo posebej izpostavili vlogo mentorja. Starejši, izkušeni in zreli odrasli člani so prav gotovo za vlogo učitelja, mentorja in trenerja zelo primerni.

Pojav nasilja ni samo splošen, vedno bolj se kaže tudi kot večje nasilje nad ženskami, starejšimi, šibkimi ... Borilne veščine so zaradi svoje samoobrambne naravnosti posebej primerne za ženske. Glede na rezultate iz ankete menimo, da je to področje, kjer klubi in šole lahko še veliko naredijo. Zanimiva je bila ugotovitev, da anketirani povezujejo borilne veščine s samoobrambo. To je pozitivna ugotovitev in menimo, da bi bilo to lahko osnova za razne

brezplačne ali vsaj ne predrage tečaje o samoobrambi. In če izhajamo iz ugotovitve, da so borilne veščine namenjene samoobrambi, se tukaj ponuja možnost za boljše poznavanje borilnih veščin.

6 POVZETEK

Številni, vsakodnevni in vedno bolj pogosti pojavi dejanskega nasilja in nasilja, ki ga prikazujejo filmi, računalniške in druge igrice, so skrb zbujujoči. Žrtve so pred vedno bolj brutalnimi pojavi velikokrat nemočne in prepuščene same sebi. Obstajajo dobre možnosti, da se naučimo obvladovati nasilje, ki se lahko zgodi nam oziroma ga lahko povzročimo tudi sami. Borilne veščine lahko k temu pripomorejo; seveda jih moramo poznati, razumeti in uporabljati v pravi namen. Dober pretep morda lahko obvlada marsikdo, dobre samoobrambe pa se moramo naučiti.

Delo je potekalo tako, da smo v prvi fazi predstavili temeljne značilnosti borilnih veščin, v drugi fazi pa analizirali in strnili odgovore, ki smo jih dobili s pomočjo ankete.

V nalogi smo uporabili naslednje metode dela: s pomočjo literature smo opisali in predstavili osnovne značilnosti borilnih veščin. Omejili smo se na judo in krate, čeprav vemo, da je borilnih veščin še veliko. Mnenje odraslih in mladih smo ugotavljali z anketo. Podatke, ki smo jih tako pridobili, smo poskušali povezati in jih uporabiti pri razlagi postavljenih hipotez.

Ugotovitve iz naloge bi lahko bile v pomoč klubom, šolam in drugim institucijam pri širjenju in promociji borilnih veščin.

7 ZAHVALA

Iskreno se zahvaljujema:

- mentorju Borisu Plambergerju za strokovno pomoč in nasvete pri raziskovalnem delu
- Jožici Andrejc za lektoriranje
- Vsem anketiranim za njihov čas
- Staršem za koristne nasvete in pomoč pri tehnični ureditvi

8 PRILOGE

Priloga 1: Anketni vprašalnik

Anketni vprašalnik

Spoštovani!

Sva Miha Lampret in Blaž Fajdiga in delava raziskovalno nalogo ne temo poznavanja borilnih veščin v Velenju in Šoštanju. Prosim, da anketni vprašalnik rešite iskreno in nama ga vrnete v najkrajšem možnem času. Vprašalnik je anonimen.

Hvala za razumevanje.

Obkrožite

Spol: m ž

Občina bivanja:

- a) Velenje
- b) Šoštanj

1. Kako dobro poznate borilne veščine?

- a) zelo dobro
- b) dobro
- c) slabo
- d) nič

2. Prosim, naštejte nekaj borilnih veščin, ki jih poznate.

3. Menite, da je na javnih mestih dovolj informacij o prireditvah, tekmah, seminarjih v zvezi z borilnimi veščinami?
 - a) dovolj
 - b) premalo
 - c) nisem še nikoli opazil

4. Ali ste se že kdaj udeležili kakšne prireditve, ki prikazuje borilne veščine?
 - a) večkrat
 - b) nekajkrat
 - c) enkrat
 - d) nikoli

5. Ali veste, kdaj se je možno vpisati v začetniške tečaje borilnih veščin?
 - a) vem kdaj
 - b) ne vem kdaj

6. Prosimo, napišite imena klubov borilnih veščin v Velenju in okolici (kolikor jih poznate).

7. Kdo mislite, da se bolj pogosto odloča za borilne veščine?
 - a) moški
 - b) ženske

8. Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili, da se za borilne veščine bolj odločajo ženske, zakaj menite tako?

9. Ali menite, da se tudi starejši odločajo za treninge borilnih veščin?
 - a) odločajo se zelo pogosto
 - b) odločajo se pogosto
 - c) odločajo se zelo redko
 - d) se ne odločajo

10. S čim povezujete izraz »borilne veščine«?
 - a) z nasiljem

- b) s samoobrambo
- c) drugo: _____

11. Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili z odgovorom »a« navedite vsaj en razlog zakaj tako menite.

12. Če bi si vaš otrok ali vnuk zaželel trenirati borilne veščine, ali bi ga pri tem podprli?

- a) da
- b) ne

13. Kje bi najlažje poiskal informacije za vpis v posamezen klub?

- a) na spletu
- b) v klubu
- c) po televiziji
- d) drugo: _____

14. Ali se vidite v luči karateista , judoista? Zakaj se vidite ali zakaj se ne?

Za vaše odgovore se vam zahvaljujema. Izsledke najin角度gotovitev bova objavila na spletni strani mladih raziskovalcev.

9 VIRI IN LITERATURA

<http://sl.wikipedia.org/wiki/Karate>

http://www.judo-golovec.com/stran/Kaj_je_judo

<http://www.ivz.si/index.php?akcija=novica&n=614>

<http://www.sloatom.com/mojstri/spskancho.htm>

<http://sl.wikipedia.org/wiki/Judo>

http://www.karateklub-velenje.si/index.php?option=com_content&task=view&id=61&Itemid=2

http://sl.wikipedia.org/wiki/Judo_10.3.2009

<http://www.dobrojutro.si/?stran=novice&tip=21&id=6565>

<http://sl.wikipedia.org/wiki/Katana>

http://www.drustvo-zenska-svetovalnica.si/a_nasilje.php

Ančnik, T. 2005. Karate do za mojstre, inštitut za humanistične raziskave v športu, str. 8

ČODERL, S. 2001. Agresivnost in stališča do agresivnosti v športu glede na ukvarjanje s karatejem. Diplomaska naloga. Ljubljana FF, oddelek za psihologijo, str. 45.

ČODERL, S. 2001. Agresivnost in stališča do agresivnosti v športu glede na ukvarjanje s karatejem. Diplomaska naloga. Ljubljana FF, oddelek za psihologijo, str. 47 - 48.

ČODERL, S. 2001. Agresivnost in stališča do agresivnosti v športu glede na ukvarjanje s karatejem. Diplomaska naloga. Ljubljana FF, oddelek za psihologijo, str. 49.

Čuš, V. 2004. Judo, popusti da zmagaš, Judo zveza Slovenije, str. 17-18

Toguchi, S. (1987). *Goju-ryu karate. Osnovni stila Shorei-kan s Okinawe*. Zagreb: Sportska Tribina