

**Herman Berčič**

**SOKOLSTVO IN TELOVADNO GIBANJE V SLOVENIJI VČERAJ,  
DANES IN JUTRI**

**1. Uvodne misli**

Preteklo sokolsko in telovadno gibanje ter takratna telesna kultura ter kasnejši razvoj, so dovolj dobra osnova za današnji razmislek o obuditvi in posodobitvi sokolskega delovanja. To naj bo v novi preobledi in skladno s sokolskimi načeli ter vrednotami, ki naj bi jih živela posamezna sokolska društva in sorodne organizacije tudi v današnjem času. Ta načela in vrednote pa naj bi za tem v določeni meri sprejele tudi današnje družine ter ožje in širše družbene skupine, v zadnji posledici pa naj bi se znova zasedrala v slovenskem narodu oz. v celotni slovenski družbi.

Ob tem pa je vendarle treba navesti spoznanje, da je vse tisto, kar so nekdaj živeli in udeleževali slovenski sokoli po posameznih župah v sokolskih domovih ter sokolskih društvih, v taki vsebini in obliki, ni mogoče vrniti ter postaviti v današnji čas. Preprosto to ni mogoče, ne le zaradi časovne oddaljenosti, več kot stoletje in pol (159 let), po ustanovitvi prvega sokolskega društva v Ljubljani, marveč tudi zaradi spremenjenih družbeno - ekonomskih, družbeno - političnih, gospodarskih, socialnih in kulturoloških sprememb, ki so se zgodile v sosledju skoraj 16 – tih desetletij.

Družbeno - ekonomske razmere, socialni odnosi, kultura naroda, vrednote in srčna kultura posameznika ter stanje duha se danes v Sloveniji bistveno razlikujejo od časov, ko so dr. Viktor Murnik in slovenski sokoli igrali vodilno vlogo pri razvoju sokolskega gibanja, narodnostnega prebujanja, domovinske pripadnosti in dvigovanju Slovenstva. Veliko pove že kratka in jedrnata misel iz tistega časa, ki jo je izrekel oče slovenskega sokolstva dr. Viktor Murnik »Slovenec sem in kdo je več«.

Pa vendar se zdi, da je mogoče nekatera načela sokolstva in sokolskega gibanja ter vrednote, ki so predstavljale jedro sokolstva takrat, v določeni meri in v posodobljeni obliki uveljaviti tudi danes. Temeljno vprašanje, ki izhaja iz navedenega pa je, po kateri poti naj bi šli, s kakšnimi prijemi, s kakšnimi animacijskimi, promocijskimi in propagandnimi akcijami naj bi to dosegli ter kako naj bi današnji mladini in naslednjim rodovom mladih vsadili sadove sokolstva za dvig etično-moralnih vrednot, domovinske pripadnosti, telesne kreposti, srčne kulture in pozitivnega stanja duha

**Kje naj danes Sokolstvo išče korene svojega delovanja ?**

Kdor je podrobneje preučeval sokolstvo, sokolsko ideologijo in njena načela ter smisel njihovega delovanja, je zlahka ugotovil, kam so bile v osnovi usmerjene njihove dejavnosti. Visoko humana in demokratična telovadna organizacija je v sebi združevala ne le pisano paleto telovadnih in gibalno/športnih dejavnosti, ki so v medsebojnem delovanju članov posameznih sokolskih društev gojili visoka moralno-etična načela, marveč tudi bogato kulturno življenje. Hkrati s tem pa tudi visoka domoljubna čustva, ki so se odražala v kratki in jedrnati misli »Biti Slovenec«. Samo po sebi je bilo razumljivo, da je bila celovita sokolska dejavnost usmerjena v ohranjanje celovitega biopsihosocialnega, duševnega in duhovnega ravnovesja in posledično celostnega zdravja sokolov in sokolic. Nikoli niso bile naglašene samo materialne dobrine, še

manj pa potrošniška usmerjenost, ki je tako značilna za sedanji čas, marveč so sokolske dejavnosti zapolnjevale telo, dušo in duha. K tem temeljem bi se morali vrniti.

Prav tako so bile v ospredju dejavnosti, ki so poudarjale slovenstvo in slovensko narodno bit sokolov in moralno-etične vrednote, ki so naglaševale načelo biti pred hedonističnim načelom imeti. Samo po sebi je bilo umevno, da se sokoli nikoli niso opijali, vdajali cigaretnemu dimu ali drugim opijatom oz. psihoaktivnim snovem. To je spadalo k zdravemu življenjskemu slogu sokolov, čeprav temu takrat niso tako rekli in niso uporabljali navedenega strokovnega izrazja. Tako držo takratnih sokolov je treba v prenesenem pomenu prenašati in širiti tudi danes v sodobnih športnih sokolskih društvih. To pomeni, da je treba v vsakdanjem življenju udejanjati vse sestavne dele zdravega življenjskega sloga, od zgodnjega otroštva do pozne starosti.

Sokoli so se vedno borili proti duhovni praznini in za dosledno uveljavljanje moralno-etičnih vrednot in norm. Zavestno so gradili in usmerjali svoje raznolike dejavnosti v pridobivanje samozavesti in samospoštovanja sokolic in sokolov. Hkrati pa so v ospredje postavljali domoljubje, zavedanje in pozitiven odnos do slovenstva ter svojega naroda nasploh.

Vse kar smo navedli in kar je bilo v korenu delovanja takratnih sokolov bi danes morali, kar smo že naglasili, v novi preobleki vgraditi v delovanje današnjih sokolskih športnih društev. Prav sedanji čas, ob zaostrenih mednarodnih razmerah in vojni v Ukrajini, znova kliče k narodovi strnitvi sil, tesnejši medsebojni povezanosti in dejavnemu domoljubju, ki edino lahko ohrani slovenstvo za prihodnje rodove. Pri tem so nam sokoli s svojim preteklim delovanjem na slovenskih tleh lahko svetel zgled.

### **Vse naj se začne v družini**

Tako kot je bila slovenska družina že v preteklih obdobjih trden temelj na katerem je stala slovenska družba, tako naj bi bilo tudi danes, kljub bistveno spremenjenim odnosom v družbi na različnih področjih in na vseh ravneh. Prav na te velike spremembe v razvoju sodobne slovenske družbe danes vedno bolj opozarjajo številni strokovnjaki. Zato naj bi v družinska okolja znova vpeljali duh sokolstva ter znana načela in vrednote.

V mislih imamo najprej obstoj Slovenstva in slovenskega naroda v družini evropskih narodov in tudi širše v svetu. Danes so razmere pri nas in v Evropi, pa tudi v svetu po stoletju in več desetletij bistveno drugačne kot so bile v Murnikovih časih, ali pred 50. leti, ko so bila v takratnem obdobju v ospredju društva Partizan. Naj še enkrat naglasimo, da imajo ukrajinska kriza in vojne razmere, velik vpliv na mednarodne odnose in seveda tudi na Slovenijo. Tudi ta dejavnik je treba danes upoštevati.

Preko osveženih in posodobljenih sokolskih idej naj bi vplivali na dvig narodne zavesti, na pripadnost domovini že na družinski ravni. Izhajajoč iz preteklih spoznanj in izkušenj morajo biti za ohranjanje slovenskega naroda, njegovega obstoja in napredka zagotovljeni temeljni pogoji. Med njimi je nedvoumno tudi celostno zdravje, z vsemi vključenimi sestavnimi deli ter še posebej z naglašenim telesnim in duševnim zdravjem. Ne smemo dopustiti, da bi kakorkoli telesno (fizično) podlegli zaradi telesnega, duhovnega ali moralno-etičnega siromašenja ter popuščanja na vseh ravneh človekovega življenja in delovanja. To še posebej velja za družino. Družina torej ostaja temelj za fizično (telesno), psihično, socialno, duševno in duhovno rast slovenskega naroda.

Če želimo doseči zavedanje o pomembnosti ukvarjanja s telovadbo in športom v sokolskem duhu pri posamezniku, moramo torej začeti v družini in nato nadaljevati v sokolskih oz. športnih društvih. V družini pa ne gre le za otroke, marveč se v njej odvija tudi življenje odraslih in zrelih pa tudi starejših ljudi. Dejstvo je, da se vse začne v družini, v njej se zgodi rojstvo, poteka zorenje, v njej ljudje dozori, v njej preživljajo zrela leta, ko si osnujejo svoje družine in v njej se osmišlja tudi njihova starost. V tej funkciji in dinamiki je družina za slehernega otroka daleč najpomembnejše mikrosocialno okolje tudi v posredovanju gibalnih navad, izkušenj in tudi sokolskih idej.

Danes vemo dovolj o razvojni dinamiki otroka. Otrok dobi svoje prve in osnovne izkušnje o telesnem, čustvenem, duševnem, socialnem in duhovnem razvoju prav v družini. Kolikor in kar mu dajeta oče in mati, ali eden od roditeljev, toliko bo otrok tudi sprejel in si kot življenjsko izkušnjo vtisnil v svojo sestavljeno in večrazsežnostno notranjost. Otrok sprejema notranje in zunanje pobude in si postopno oblikuje svoje navade in vedenjske vzorce. Od staršev in starejših postopno prevzema temeljne življenjske izkušnje in si kasneje, ko se zaveda samega sebe ter časa in prostora v katerem živi, ustvari tudi svojo "filozofijo" življenja. Zdrava družina mu ob ugodni psihosocialni klimi omogoča sprejem takih vedenjskih vzorcev, ki so za njegov razvoj in kasnejše življenje najboljši in najbolj primerni. To je tudi osnova za postopno izgrajevanje in oblikovanje sistema vrednot, ki ga otrok postopoma prevzema od svojih staršev in svojega mikro okolja. V tem sistemu vrednot mora biti prostor tudi za gibanje, telovadbo in šport.

Pri oblikovanju vedenjskega vzorca otroka v jedru katerega je tudi gibanje oz. šport ima družina, kot smo že poudarili, izjemno pomembno vlogo. Znano je, da je prav v zgodnjem otrokovem obdobju mogoče najučinkoviteje vplivati na njegov celostni razvoj, še zlasti pa na njegov motorični oziroma gibalni razvoj. Pri tem so na voljo različna sredstva, med katerimi zaseda šport pomembno mesto. Še več, del otrokove osebnosti oziroma njegovih sposobnosti, lastnosti in značilnosti je mogoče oblikovati in razviti le s sredstvi, ki so v naravi športa, to pa so specifične gibalne dejavnosti.

Redno športnorekreativno udejstvovanje v družini torej pomembno prispeva k oblikovanju otrokovega odnosa do gibanja oz. športa nasploh in njegovega udejanjanja v življenju. Posledično se pri otroku in mladostniku oblikujejo pozitivna motivacijska struktura, trajne in koristne navade ter vrednote, ki kasneje pogojujejo z gibanjem in športom obogateno življenje mladostnika ter odraslega zrelega človeka. Športnorekreativna dejavnost v družini pa ni namenjena le otrokom in mladostnikom, marveč vsem članom. To pomeni, da naj bi se s posameznimi izbranimi športnorekreativnimi dejavnostmi ukvarjala tako mati kot oče, oz. roditelji. Pravo podobo športne družine moramo torej iskati med tistimi, ki v vsakodnevno (ali vsaj večkrat tedensko) družinsko življenje vnašajo različne gibalne in športne dejavnosti ter si dneve bogatijo z razvedrilnim športom.

Zaradi navedenih razlogov naj bi bilo doma v družini čim več različnih in predvsem uporabnih športnih rekvizitov za pridobivanje različnih gibalnih izkušenj. Tako naj bi otroci spoznali čim več gibalnih in športnih dejavnosti. Prav je da vemo, da morajo otroci sprejemati prva gibalna in športna znanja na igriv in sproščujoč način, z veliko zabave, veselja in smeha. Vsaka drugačna pot je manj, če ne celo povsem neprimerna. V družini je torej dana možnost, da v otrokov čustveni svet, v njegovo telesno zavedanje, v porajajoči se duh, v njegovo druženje z drugimi družinskimi člani vključimo gibalne dejavnosti in športne vsebine, ki se bodo vanj

neizbrisno vtisnile ter v njem tudi ostale. Znano je, da je mogoče z gibalnimi dejavnostmi in s športom učinkovati tudi na vedenjske vzorce otrok, hkrati pa je mogoče s športom spodbujati pozitivna čustva oz. vplivati na otrokova čustvovanja ter postopno izgrajevati njegov miselni svet in vrednostne vzorce. To pa so tudi osnove za uveljavljanje že omenjenih sokolskih načel, idej in vrednot.

### **Športni objekti so tudi danes temelj sokolstva**

Sodobna vadišča, športne dvorane in telovadnice so temelj vzgojnega in ustvarjalnega dela ter druženja v sokolskem duhu tudi v sedanjem času. Kar so bili sokolski domovi in sokolnice (telovadnice) s pripadajočimi objekti nekdanje, so danes sodobne športne dvorane. Dejstvo je, da si dan današnji ni mogoče predstavljati uspešne vadbe v kateremkoli kraju Slovenije, ne da bi pri tem ugotovili, da so ustrezni športni objekti oz. zgrajena športna infrastruktura pomemben temelj tovrstnih dejavnosti.

Kar se tiče slovenskih sokolskih društev in njihove imovine so še primeri, ko jim je bila ta odvzeta in nikoli vrnjena. Ponekod se je navedeno stanje že spremenilo in posamezna društva so v trajno last prejela nazaj svojo lastnino, nekatera pa še čakajo na to. Pri tem je treba naglasiti, da so večino sokolskih domov zgradili in postavili člani in članice sokolskih društev sami, torej s svojim lastnim delom, denarjem in različnimi materialnimi sredstvi. To je danes kar težko predstavljivo. Še vedno pa bo v sedanjem času treba opraviti kar nekaj dela in vložiti precej truda, da bodo vsa sokolska oz. športna društva, od katerih nekatera nosijo drugačna imena, dobila nazaj v trajno last svojo lastnino.

Drugi del prizadevanj pa mora biti, za širitev sokolskih dejavnosti, usmerjen v pridobivanje novih športnih objektov in površin ter v obnovo in posodobljanje starih.

### **Brez dobrih strokovnih kadrov ni razvoja in napredka**

Pomemben dejavnik pri delovanju društev so tudi kadri. Strokovno izobraženi in usposobljeni kadri, ki so vključeni v sodobne športne tokove, so tudi danes zelo pomemben pogojni dejavnik delovanja različnih športnih in sokolskih društev. Skrb za stalno strokovno izobraževanje in izpopolnjevanje mora biti v vsakem društvu primarna naloga. Na tem temelji celotno delovanje, izvajanje strokovno pripravljene in prilagojene vadbe ter tudi vse posodobitve ter

novosti, ki jih prinašata sodobna športna stroka in njena znanost (športoslovje oz. kineziologija).

Nadgradnja strokovnega znanja, spremljanje novosti in uvajanje novih športnih zvrsti ter gibalno/športnih dejavnosti naj bodo sestavni deli delovanja sodobnih izobraženih kadrov. Predvsem je smiselno iskanje novih animacijskih poti in posodobljenih notranjih ter zunanjih motivov v celoviti motivacijski strukturi, ki bi še zlasti mlade privabljala v sokolske vrste in s tem jamčila za prihodnji razvoj in napredek sokolskih društev.

Spreminjajo se tudi metode vadbe oz. športnorekreacijskega transformacijskega procesa. Temeljne zakonitosti, ki izhajajo iz znanega modela o intenzivnosti, količini, trajanju in tipu vadbe, sicer še vedno veljajo, vendar pa so tudi v sodobnem vadbenem procesu potrebne spremembe, dopolnitve in prilagoditve.

## **Posodobljena dejavnost, animacijski in motivacijski telovadni ter gibalno/športni programi v sokolskih društvih**

Povsem jasno je, da sprejeta resnica o družbeno-razvojnih tokovih, ki govori o stalnem spreminjanju, še vedno velja. To spreminjanje zadeva vse segmente človekovega bivanja in delovanja ter potemtakem sega tudi na področje športa oz. gibalno/športne dejavnosti. Predvsem imamo v mislih spreminjanje v smislu novih in sodobnejših organizacijskih in vsebinskih oblik športnih dejavnosti. V vsakdanji praksi to pomeni pojavnost novih športnih zvrsti oz. športnih panog, ki se izvajajo v različnih športnih okoljih in tudi v povezavi z naravnim okoljem. V tem smislu so seveda dobrodošle vsakršne programske novosti in osvežitve.

Poseben del telovadnih, športnih in kulturnih dejavnosti, ki so v preteklem obdobju v veliki meri zaznamovale in opredeljevale delo ter udejstvovanje sokolskih društev in sokolskega gibanja nasploh, so bili sokolski zleti. To organizacijsko in vsebinsko obliko sokolskih dejavnosti je v posodobljeni obliki treba ohraniti. Nova ali osvežena vsebina mora biti skladna s sodobnimi športnimi tokovi, torej v duhu razvoja in časa, ki ga živimo. Hkrati pa mora odražati tudi kulturo našega življenja in bivanja. Sokolski zleti naj bodo odsev in podoba delovanja današnjih sokolskih društev, saj je tudi v sedanjem času mogoče najti mnogo zanimivih in privlačnih gibalno/športnih vsebin, prepletenih s kulturno-etičnimi značilnostmi slovenskega prebivalstva. Glasbeno pevske spremljave in kompozicije ob telovadnih nastopih posameznih skupin naj bodo slovenskega izvora. Zato naj na slehernem sokolskem zletu odmevajo slovenske pesmi, predvajajo pa naj se slovenske skladbe.

Posebna oblika dejavnosti sokolov so bile in so še vedno tudi sokolske akademije, kjer se v vsakoletni prireditvi društvo predstavi v celoti. Običajno se vrstijo nastopi od najmlajših do najstarejših z različnimi vajami, plesnimi in telovadnimi raznoterostmi ter športnimi zvrstmi. Z organizacijsko in vsebinsko nadgradnjo naj tudi sokolske akademije oz. društvene sklepne letne prireditve ostanejo v vsakoletnem programu manifestacij sodobnih športnih in sokolskih društev.

Nepogrešljiva sestavina današnjega delovanja celotne Sokolske zveze Slovenije in njenih društev so tudi strokovna srečanja, okrogle mize in posveti s sokolsko tematiko. Vse to namreč spodbuja delovanje celotne organizacije, predvsem pa ob posameznih srečanjih omogoča izmenjavo strokovnih znanj, mnenj in stališč ter tudi izmenjavo nabranih izkušenj.

Za širjenje in ohranjanje sokolstva in njenega izročila na Slovenskem je smiselna tudi publicistična dejavnost skupaj z uporabo sodobne računalniške tehnologije. Pomembne so sodobno oblikovane spletne strani za kakovostno komuniciranje med vodstvom in članstvom ter znotraj članstva, hkrati pa tudi širše spletno mreženje za odprto komuniciranje z drugimi subjekti. Več kot primerna je izdaja zbornikov ob izvedbi posameznih posvetov, okroglih miz in strokovnih srečanj. Prav tako pa je pomembno izdajanje in ohranjanje periodičnih glasil in revialnega tiska. Revija Sokol kot osrednja sokolska revija lahko še z drugimi lokalnimi glasili povezuje, obvešča in ozavešča širše sokolsko občestvo in tudi slovensko javnost o vrednostih in pomenu sokolstva za današnji čas.

Del dejavnosti sokolov pa je treba usmeriti tudi v povezovanje z državami v bivšem jugoslovanskem prostoru in širše v Evropi, pa tudi v svetovnih okvirih.

### **Sklepne misli**

Na osnovi vsega zapisanega lahko ugotovimo, da je mogoče nekatera načela sokolstva in sokolskega gibanja ter vrednote, ki so predstavljale jedro sokolstva pred časom, v določeni meri in v posodobljeni obliki uveljaviti tudi danes. Temeljno vprašanje, ki izhaja iz navedenega pa je, po kateri poti naj bi šli, s kakšnimi prijemi, s kakšnimi animacijskimi, promocijskimi in propagandnimi akcijami naj bi to dosegli in kako naj bi današnji mladini in naslednjim rodovom mladih vsadili sadove sokolstva za dvig etično-moralnih vrednot, domovinske pripadnosti, telesne kreposti, srčne kulture in pozitivnega stanja duha

Če želimo doseči zavedanje o pomembnosti ukvarjanja s telovadbo in športom v sokolskem duhu pri posamezniku, moramo začeti v družini in nato nadaljevati v sokolskih oz. športnih društvih. V tej funkciji in dinamiki je družina za slehernega otroka daleč najpomembnejše mikrosocialno okolje tudi v posredovanju gibalnih navad, izkušenj in tudi sokolskih idej.

Med pogojne dejavnike delovanja sokolskih in njim sorodnih društev uvrščamo tudi športne objekte in strokovni kadre. To so predvsem sodobna vadišča, športne dvorane in telovadnice oz. zgrajena športne infrastruktura. To je kot vemo temelj vzgojnega in ustvarjalnega dela ter druženja v sokolskem duhu tudi v današnjem času.

Odločujočo vlogo imajo tudi strokovno izobraženi in usposobljeni kadri, ki so vključeni v sodobne športne tokove. Zato mora biti skrb za stalno strokovno izobraževanje in izpopolnjevanje v vsakem društvu nenehno v ospredju.

V sodobni programski oz. vsebinski zasnovi sokolskih društev naj bi poleg novih športnih zvrsti in gibalnih dejavnosti imeli pomembno mesto tudi sokolski zleti in sokolske akademije. Te organizacijske in vsebinske oblike sokolskih dejavnosti je v posodobljeni obliki treba vsekakor ohraniti. Nepogrešljiva sestavina današnjega delovanja Sokolske zveze Slovenije in njenih društev so tudi strokovna srečanja, okrogle mize in posveti s sokolsko tematiko. Pomembna in smiselna pa je tudi publicistična dejavnost, skupaj z uporabo sodobne računalniške tehnologije.