



РАЗВИВАНЕ НА МОРСКИТЕ СПОРТОВЕ ЧРЕЗ СЪЗДАВАНЕ НА АКТИВНИ ОБЩНОСТИ МЕЖДУ УЧИЛИЩА И СПОРТНИ КЛУБОВЕ

доц. д-р Зорница Ганева, Мария Бакалова
Бургаски свободен университет

DEVELOPING THE SEA SPORTS BY CREATING ACTIVE COMMUNITIES BETWEEN SCHOOLS AND SPORTS CLUBS

Assoc. Prof. Zornitsa Ganeva PH.D., Maria Bakalova
Burgas Free University

Abstract: *One of the prospects for the development of the Black Sea cities is to support the promotion of sea sports and thanks to their health and social importance. Expanding the capacity for cooperation between local schools and sports clubs is a prerequisite for creating an active environment for young people to develop maritime culture, volunteering and a responsible attitude to health and physical activity.*

Key words: *Black sea, sea sport, sailing, physical activities, school, active communities*

„Черно море – врата и много мостове“ или много възможности пред развитието на черноморските градове, популяризирането на морските спортове и подобряване на физическата активност на учениците от местните училища.

На територията на Южното Черноморие, Бургаска област, има 12 пристанища, 9 рибарски пристанища и 10 яхтени пристанища (марини) и официално регистрирани в Българска федерация по ветроходство 14 ветроходни клуба. Бургас е един от най-обаятелните и активни морски градове, въпреки това много от децата и учениците седят на „вратата на Черно море“ само от едната страна. Има неизползвани мостове или възможности към свързването на морето, спорта и училището, които да се реализират чрез създаване на активни общности между спортните клубове, които развиват ветроходни (морски) спортове и местните училища. Разширяването на капацитета на сътрудничество между тези институции е необходимо да стане приоритет пред морските градове. Партньорството между училищни и спортни общности е предпоставка за създаването на активна среда за младите хора за развиване на нови ключови компетентности, морска култура, доброволчество и отговорно отношение към здравето и физическата активност. Увличането и обединяването на деца и ученици в активни общности допринася за развитието както на индивидуалната личност, така и на групата и включените в това сътрудничество институции.

От дългогодишната ни практика в спортен клуб по ветроходство (Яхтклуб „Черноморец Бургас“) предлагаме, както и работим в тази насока, да прокараме „мостове“ между училищната общност (училище и ученици) и ветроходните клубове в морския ни град, водени от идеята за обогатяване и развиване на морето, ветроход-

ния спорт и младите хора. Мостовете, които предлагаме за укрепване на взаимодействието училище – спортен клуб са:

- ⇒ **Здраве и физическа активност;**
- ⇒ **Морска култура и ключови компетентности;**
- ⇒ **Доброволчество и активни граждани;**
- ⇒ **Проектно-базирано обучение и междупредметни връзки с учебния предмет „Физическо възпитание и спорт“.**

ЗДРАВЕ И ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ

Най-важният резултат от участието във физическа активност и спортни дейности е подобряване на здравето и качеството на живот. Морските спортове, които визираме са ветроходните спортове, характерни за разположените по морското крайбрежие (изключвайки атракционното им използване в туризма) и включени в международни организации и състезания. Това са спортовете *ветроходство, кайтсърф и уиндсърф*, и набиращите популярност у нас (но още неутвърдени като спорт) бодисърф, уейк-борд, уингсърф/борд, падъл борд.

Ветроходството предоставя възможност за активно практикуване на здравословен начин на живот и осмислено оползотворяване на свободното време на младите хора. Спортът е благоприятна среда за развиване на личността, социалната ангажираност, доброволството, толерантност, уважение, съпричастност. Ветроходството е спорт, който няма ограничения във възрастта за практикуване.

Ветроходните клубове на територията на Бургас и региона предлагат обучения в първоначални знания и умения за практикуване на морските спортове – ветроходство, кайтсърф, уиндсърф. Ветроходството е както индивидуален, така и отборен спорт. Видовете ветроходни лодки, които са популярни в България и са включени в националния състезателен календар са с разнообразни възможности.

Индивидуални дисциплини във ветроходния спорт са кайтсърфа, уиндсърфа и ветроходните класове, в които лодката се управлява от един човек:

- клас „Оптимист“ – за деца (момичета и момчета) от 6 до 14 год.;
- клас ІLKA („Лазер“) – за девойки и юноши;
- клас „Фин“ – за младежи и мъже.

Развиването на колективния дух, сътрудничеството и междуличностните отношения се тренират във ветроходните яхти с *екипаж* от двама човека – клас „Кадет“, „420“ и „470“ – в различни комбинации на ветроходците по възраст и пол. Както и на лодки, управлявани от шкипер и екипаж между 4 и 12 човека – това са килови лодки с различни размери и мореходни възможности.

Ползите за здравето от плаването в морето с ветроходна яхта, кайтсърф или уиндсърф са:

- Трениране на физическите качества – сила, издръжливост, бързина и ловкост.
- Сърдечно-съдов фитнес – интензивна и вълнуваща двигателна дейност на открито в морето.
- Зареждане с хормона на щастието (серотонин) – от радостта от вятъра, солените вълни и слънчевата прегръдка, обгръщащи тялото и душата.
- Спокойствие и релакс – влизане в синхрон с отпускащия ритъм на вълните, морския бриз и люлеенето на лодката по морето.



- Удоволствие от общуването – разкриване на нови форми за комуникация в екипаж и в разнообразни ситуации, от екипната работа за управление на ветроходната яхта.
- Повишаване качеството на живот – промяна в отношението към здравето, реализирано в здравословната среда на морската вода, слънчевия тонус и щастливите ветроходци.

Създаването на интересни условия за *физическата активност* в морето и тяхното презентирание от страна на ветроходните клубове ще улесни достъпа на повече ученици до морските спортове. Това пък ще даде възможност на треньорските екипи за подобър подбор на талантиливи и мотивирани деца. Подобряването на сътрудничеството с цел повишаване на физическата активност на младите хора е в съответствие и с *Политиката в областта на спорта за учащите*, която е насочена към оптимизиране на двигателния режим, създаване на нагласа за здравословен начин на живот и мотивация за занимания със спорт и изява, чрез прилагането на междусекторен подход. Една от целите на спорта за учащи в *Националната програма за развитие на физическата активност, физическото възпитание, спорта и спортно-туристическата дейност* е оптимизиране и на програмите по физическо възпитание и спорт в училище, като се прецизират видовете спорт съобразно възможностите на спортната материална база, както и социалната значимост на видовете спорт за региона. За училищата в градовете, разположени по морското крайбрежие, е удачно да включват точно ветроходните спортове като опции за *избираеми и извънкласни дейности*.

МОРСКА КУЛТУРА И КЛЮЧОВИ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Повишаването на морската културата и капацитета на поведение в морето трябва да стане една от целите заложени в програмите за развитие на морския град, местните училища и младите граждани. Целите и дейностите, които могат да се развият в активните общности училище - спортен клуб са:

- Популяризиране сред бургаските деца на морските спортове и тяхната социална значимост за града.
- Създаване на мотивация у бургаските деца за участие в системни спортни занимания с морски ветроходни спортове.
- Създаване на позитивно отношение у децата към морския начин на живот.
- И други.

Ветроходният клуб е активна практическа среда за учениците от морските градове. Всеки морски гражданин трябва да има знания за:

- История на ветроходството и морските спортове; История на ветроходството в града; Познания върху морската терминология; Правила за движение в морето; Етикет и морски обичаи; Безопасност в морето.
- Да има възможността да развие умения и компетентности за:
- Екипировка за плаване в морето; Екипировка и оборудване за различните морски ветроходни спортове; Устройство на лодка; Морски възли; Корпус и въоръжаване на ветроходна лодка; Техника на управление на ветроходна лодка в морето; Работа в екипаж на ветроходна лодка и т.н.

РАЗВИВАНЕ НА КЛЮЧОВИ КОМПЕТЕНТНОСТИ У ДЕЦАТА И УЧЕНИЦИТЕ

Представените по-горе индивидуални и колективни възможности за практикуване на ветроходните спортове разкриват неизползван ресурс за активно учене и формиране на ключови компетентности – функционалните грамотности, свързани с:

- Комуникация – общуване на роден и на чужд език;
- Колаборация (или работа в екип);
- Креативност и инициативност;
- Решаване на проблеми;
- Основни знания в областта на природните науки и технологиите;
- Обществени и граждански компетентности;
- Културна осъзнатост и творчески изяви.

Качествата на характера, развивани в спорта, са тема, която е безспорна и позната. Нов прочит в нея е, че занимаващите със спорт деца подобряват и своята социално-емоционална грамотност.

ДОБРОВОЛЧЕСТВО В СПОРТА И АКТИВНИ ГРАЖДАНИ

Перспективите за лично изграждане в спортния клуб, които получават учениците не са свързани само с включване в тренировъчния процес. Всъщност мероприятията и активностите около един ветроходен клуб са много. Целта на тези дейности е насърчаване на младите хора към доброволчество, чрез включване в активни дейности по време на организирането и провеждането на спортни прояви на клуба – ветроходни регати, публични събития и демонстрации. Основното събитие, което спортният клуб може да включи в обмена на сътрудничество, е организирането и домакинство на ветроходна регата.

Обучението на учениците и желаещите педагогически и непедагогически специалисти от едно училище ще *запознае участниците* с етапите на организация на една регата и основните дейности на брега; запознаване с работата на организатори, съдии, регатен офис – техните задължения и функции; писане на прессъобщения; организиране на церемонии по откриване и награждаване на победителите. *Практическите умения*, насочени към дейностите в морето са насочени към: съдийство на стартова лодка, съдийство на наблюдаваща лодка при знак, съдийство на финална лодка, разставяне на състезателна дистанция (овеховане), координация с регатния офис на брега; безопасност в морето.

Провокирането към активността като граждани на учениците може да се реализира чрез организиране на събития, свързани с опазване на околната среда, брега, плажната ивица, морето и градските пространства около тях. Интересни и полезни събития могат да се провеждат по време, преди и след спортно ветроходно състезание или атрактивно събитие за популяризиране на морските спортове и физическата активност.

ПРОЕКТНО-БАЗИРАНО ОБУЧЕНИЕ И МЕЖДУПРЕДМЕТНИ ВРЪЗКИ С УЧЕБНИЯ ПРЕДМЕТ „ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ”

Успешните умения за живота се учат от най-ранна възраст, затова връзката, която правим между училищата и морските ветроходни клубове е начална училищна възраст. Подходящо начало за започване на занимания с ветроходния спорт е 1-ви клас. „Мостът“, който би повишил ефективността на учебното съдържание, неговото овладяване и практическо приложение в живота, е засилване на междупредметните връз-



ки и възможността за проектно-базираното обучение за учениците от начален образователен етап (1-4 клас). За малките ученици и техните учители предлагаме възможност за интересна и ползотворна колаборация между учебните предмети:

- Физическо възпитание и спорт;
- Технологии и предприемачество;
- Родинознание;
- Околен свят;
- Човекът и природата.

Използвайки основните елементи на проектно-базираното учене, като

- **опит от реалния свят, внесен в класната стая;**
- **уроци за овладяване на различни умения;**
- **уроци, които изискват изследване и разбиране на множество теми и области от материала;**
- **сътрудничество;**
- **изследване на истински проблем на местно ниво. (№ 6)**

След анализ на учебните програми, открихме *темите от учебното съдържание на посочените учебни предмети, които могат да бъдат изследвани и проектирани в спортния клуб*. Считаме, че чрез ветроходните (морските) спортове в интерактивна реална среда учениците ще придобият нови знания и практически умения от предложенията по различните области на компетентност.

От учебния предмет „Технологии и предприемачество” (1-4 клас):

- ⇒ Инициативност и предприемчивост, като ключови компетентности, се разглеждат като следствие от осигуряването в обучението практико-действени условия за избор на активност, самостоятелно вземане на решение и поемане на отговорност за извършваната дейност, свързани с *овладяване на работа с инструменти и спортни технологии*;
- ⇒ Разкриване различни начини за задвижване и управление на играчки, модели – *ветроходни лодки*;
- ⇒ Придобиване на умения за организация и контрол на дейностите, довеждане започнатата работа до край – *спортни тренировки и ветроходни състезания*;
- ⇒ Изграждане на технологична грамотност и компетентност – *въоръжаване (оборудване и сглобяване) и управление на различни модели лодки*;
- ⇒ Усвояване на безопасност при работата и развиване на възможностите за предвиждане на риска за себе си и за другите в процеса на работа с материали и инструменти – *оборудване, екипировка и правила за безопасност на лодка в морето*;
- ⇒ Придобиване на знания за използване на различни източници на енергия за задвижване на познати уреди и машини – *управление на ветроходна лодка, придвижване със силата на вятъра*.

От учебния предмет „Родинознание” (2 клас):

- ⇒ Придобиване на сетивно-познавателен опит от учениците чрез разнообразни дейности за ориентиране в заобикалящия ги природен и социален свят – *придвижване в морето с различни плавателни съдове*;

- ⇒ Стимулиране и развитие на детските интереси и способности, формиране на личността на детето – *личностна изява в спортни състезания и ветроходни демонстрации;*
- ⇒ Опознаване на местоположението и природата на родния край – *запознаване с природата от морето към брега;*
- ⇒ Запознаване с националните символи на Република България – знаме, герб, химн – *принадлежност към спортен клуб и неговите символи, официални ритуали по време на спортни състезания и награждаване на победители;*
- ⇒ Възприемане на себе си като част от природата, разбиране на връзката между опазването на околната среда и здравето на човека.

От учебния предмет „Околен свят” (1 клас)

- ⇒ Овладяване на знания и умения, свързани с близката природна и обществена среда – *обичуване в група, ориентиране в различна среда;*
- ⇒ Придобиване на приложни знания за основни правила за поведение сред природата – *на крайбрежието и в морето;*
- ⇒ Разпознаване на характерни промени в местната природа през различните сезони – *наблюдение на промените в морето, от брега, занимания по различно време;*
- ⇒ Придобиване на знания и умения за здравословен начин на живот – лична хигиена, закаляване, физическа активност.

От учебния предмет „Човекът и природата” (4 клас)

- ⇒ Изграждане на разбиране към мерките и дейностите за съхраняване на природната среда – *участие в съвместни екологични инициативи на спортните клубове;*
- ⇒ Осмисляне на взаимовръзката човек-природа и значението на околната среда за осигуряване на здравословен и качествен живот на хората – *участие в съвместни екологични инициативи на спортните клубове, физическа активност в морето;*
- ⇒ Осъзнаване на индивидуалната отговорност за личното здраве – *възможности за физическа активност на открито;*
- ⇒ Участие в преки наблюдения за дейности на хората, които водят до опасно замърсяване на околната среда (водата и въздуха) и оказват вредно влияние на растенията, животните и човека;
- ⇒ Наблюдаване и разпознаване на природни явления и процеси – *на брега и в морето с лодка;*
- ⇒ Разпознаване и разбиране на движения на тела и действия на сили – *привличане чрез взаимодействието на сили – в морето с лодка;*
- ⇒ Придобиване на приложни знания за водата и нейните различни състояния в зависимост от температурата;
- ⇒ Придобиване на умения за здравословен начин на живот.

В заключение извеждаме потенциалните ползи от партньорството между училищни и спортни общности, които се изразяват в:

- Обогатяване на преживяванията на учениците и подобряване нагласите и отношението им към физическото възпитание и спорта.



- Повишаване на физическата активност и физическа дееспособност на учащите.
- Активизиране на гражданската и доброволческа инициативност.
- Разкриване на нови съвместни дейности като морски тимбилдинг за учителите и квалификационни обучение за спортните кадри, треньорите.
- Подобряване на морската култура на младите хора и педагогическа общност.
- Оценяване на местните природни ресурси и възможностите им за природосъобразен и здравословен начин на живот.
- Увеличаване на общия успех – синергичен успех за училищните и спортни общности.

Да отворим широко вратата и мостовете на Черно море за децата от морските градове чрез ветроходните спортове!

Литература:

1. Ганева, З., От физическа грамотност към физическа активност, 2020
2. Камова, Цв., <https://bg.rpplane.com/blog/21mindset>
3. Национална програма за развитие на физическата активност, физическото възпитание, спорта и спортно- туристическата дейност, <http://mpes.government.bg/Pages/Documents/Strategies/default.aspx>
4. Цветанска, С., <https://www.navet.government.bg/bg/media/Key-Competencies.pdf>
5. <https://www.bgbeactive.org/>
6. <https://www.mon.bg/bg/28>, учебни програми
7. <https://priobshti.se/article/strategii-v-pomosht-na-prepodavaneto/kakvo-predstavlyava-proektno-baziranoto-obuchenie>, 06/12/2018 - 10:45