

*Non-formal Education
Неформално образование*

СПЕЦИФИКА НА ВЪЗПИТАНИЕТО В СПОРТНИТЕ КЛУБОВЕ: АКТУАЛНОСТ И ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА

Снежана Попова, Благой Калпачки

Югозападен университет „Неофит Рилски“ – Благоевград

Резюме. Настоящото изследване се фокусира върху необходимостта от анализиране и преосмисляне на възпитателните ресурси на тренировъчната и състезателната дейност в спортните клубове в нашата страна. В контекста на новите житейски реалности в съвременното българско общество като приоритетни се очертават превантивните аспекти на възпитанието, които насърчават и стимулират развитието на самоосъзнатостта, саморегулацията и самоконтрола на подрастващите.

Основният фокус в настоящото изследване е върху теоретизирането на спецификата на превантивните аспекти на възпитателната дейност в спортните клубове, върху подпомагането и стимулирането на активен начин на живот на децата и юношите и ориентирането им към системни спортни занимания в свободното време. Спортът възпитава личностни качества, като организираност, самостоятелност, самоконтрол, търпеливост, решителност, настойчивост, инициативност и пр., които помагат на децата да се справят успешно с житейските си задачи и да преодоляват по конструктивен начин трудностите и личните проблеми в ежедневието.

Keywords: upbringing; sports clubs; preventive aspects of upbringing; active lifestyle; leisure activities

Предизвикателствата в живота на хората в съвременното българско общество, свързани с динамиката на нарастване на агресивността и деструктивността в междуличностното общуване, обуславят необходимостта от преосмисляне и осъвременяване на фундаментални постановки и теоретични концепции за педагогическото осмисляне на свободното време на подрастващите. Твърде значим е въпросът за това по какъв начин децата и юношите организират свободното си време и какви са дейностите, предпочитани от тях.

В условията на динамичното развитие на глобализационните процеси и постепенното демократизиране на нашето общество възможностите за

осмисляне на свободното време на подрастващите значително се разширяват. Именно поради това като приоритетна се очертава необходимостта от преодоляване на стихийността и инертността на възпитателните интеракции в извънучилищния и извънсемейния контекст от ежедневието на децата, от внасяне на яснота и целенасоченост в тяхното планиране, организиране и реализация.

Значителна част от изследванията в световната наука, насочени към разкриване спецификата на възпитателния процес в детска възраст, се фокусира основно върху ролята на семейната и училищната среда. Твърде малка част обаче е насочена към изясняване на начина, по който преживяванията на децата в разнообразните дейности през свободното им време оказват влияние върху цялостното им личностно развитие.

Житейският опит, който се натрупва в контекста на дейностите в свободното време, е базата, върху която се изграждат индивидуалните концепции на децата за интерпретация и оценка на отношението им към себе си, към другите и към света, като цяло. Именно поради това въпросът за педагогическото осмисляне на този аспект от ежедневието на подрастващите е от особена значимост.

Основният фокус в настоящото изследване е върху теоретизирането на спецификата на превантивните аспекти на възпитателната дейност, върху насърчаването и стимулирането на активен начин на живот на децата и юношите и ориентирането им към системни спортни занимания в свободното време. Настоящият труд утвърждава идеята, че *превантивните аспекти на възпитанието са най-важната част от цялостната система за предпазване от деструктивни прояви.*

В изследването се разширяват и обогатяват разбиранията за функционалното предназначение на възпитанието в спортните клубове, като се акцентира върху ролята му за подпомагане овладяването на конструктивни стратегии за решаване на проблеми и справяне в затруднени и конфликтни житейски ситуации, за насърчаване развитието на социалната компетентност и емоционалната устойчивост на подрастващите.

Концептуалното изясняване на превантивните аспекти на възпитанието обуславя и преосмислянето на специфичните начини за активизиране на ресурсите на отделните възпитателни фактори във връзка с решаването на проблема за агресията, враждебността и насилието в житейската ни действителност.

Съвсем основателно А. Fletcher, P. Nickerson и K. Wright подчертават, че теоретичният модел на U. Bronfenbrenner е изключително полезен за адекватното интерпретиране и разбиране на множеството възпитателни фактори, които съдействат за личностното развитие и приспособяването на децата към социалната среда. Според авторите все повече изследователи осъзнават

значимостта от идентифицирането на разнообразните социални екологични контексти, в които децата прекарват времето си, и на изясняването на начините, по които техните преживявания, породени от междуличностните взаимодействия в тях, се отразяват върху приспособяването им в обществото (Fletcher, Nickerson & Wright, 2003).

Теоретичните разсъждения на U. Bronfenbrenner подпомагат конструирането на ефективни възпитателни стратегии и технологични модели поради значително по-детайлното представяне на факторната детерминираност на личностното функциониране. В разработките си авторът насочва вниманието си върху сложното взаимодействие между биологично детерминирани свойства и факторите на околната среда за развитието на личността. развитието на отделната личност се определя от влиянието на разнообразни системи от външния свят (семейство, съседи, училище, културна среда и т.н.) (Sheffer, 2003: 101).

Представените от U. Bronfenbrenner контексти на детското развитие подчертават сложността на възпитателния процес в многообразните фактори от социалната среда. Авторът насочва вниманието си към детайлизираното представяне на взаимодействията между различните нива на влияние на околната среда върху детското развитие. Този подход отчита *степената на влияние* на различните фактори от социалната среда и е сериозен опит за тяхното по-ясно конкретизиране и диференциране. Bronfenbrenner подчертава, че детето трябва да се изследва в неговата естествена среда, като се отчитат спецификите и динамиката на въздействието на компонентите на неговото обкръжение. Според него *само чрез наблюдаване на взаимодействията между развиващата се личност и постоянно изменящите се системи на нейното естествено обкръжение* (Sheffer, 2003: 104) може да се установи по какъв начин личността въздейства върху околната среда и се намира под нейното влияние.

Теоретичните разсъждения в настоящия труд се организират върху тезата, че ефективността на превенцията на насилието в междуличностното общуване на младите хора зависи от начините, по които се осъществяват координирането и съгласуването на усилията на възпитателните фактори. Успешното осъществяване на взаимодействието между отделните възпитателни фактори се детерминира до голяма степен от наличието на яснота и адекватност в интерпретирането на специфичните им цели и задачи за преодоляване на деструктивните поведенчески прояви на децата и юношите.

Системността, целенасочеността и комплексността на възпитателните влияния са важно условие за тяхната ефикасност. Обединяването на усилията на всички заинтересовани и пряко ангажирани с възпитанието на подрастващите фактори от социалната среда е от съществено значение за реализацията

на съответните ползи, свързани с предпазване на децата и юношите от асоциални прояви.

Концептуалното изясняване на превантивните аспекти на възпитанието обуславя и преосмислянето на специфичните начини за активизиране на ресурсите на отделните възпитателни фактори във връзка с решаването на проблема за агресията, враждебността и насилието в житейската ни действителност.

Превенцията на насилническите и деструктивни прояви на подрастващите е сложен проблем с изключителна социална значимост. Именно поради това тя трябва да се превърне в основен приоритет за посттоталитарното ни общество, особено в контекста на задълбочаването на мултипликативните ефекти на рисковите социално-икономически и политически фактори за провокиране на агресивността на подрастващите. Динамичното развитие на глобализационните процеси в постмодерността също детерминира потребността от фокусиране върху процесите, които подпомагат предпазването от асоциални поведенчески прояви.

В тази връзка, съвсем основателно M. Carvalhal, A. Silva, J. Raposo, H. Louro и L. Leitão (2008) насочват вниманието си към проблема за институционализирането на свободното време на децата в днешно време. Авторите подчертават, че в съвременното общество родителите се тревожат повече за безопасността на своите деца и се опитват да им оставят колкото се може по-малко свободно време, което да управляват самостоятелно в съответствие със своите интереси. Те отбелязват, че в този смисъл, няма нищо по-хубаво от институционализираното предложение на спортните клубове, чрез което се насърчават навиците за трайна физическа активност и се поддържа активната тренировъчна дейност през целия живот.

Спортът е една от най-популярните и предпочитани извънучилищни дейности от децата. Въпреки популярността на спорта, като дейност за осмисляне на свободното време, съществуват малко емпирични доказателства за връзката между спортното участие и развитието на децата (Felfe, Lechner, Steinmayr, 2016).

В своето изследване C. Felfe, M. Lechner и A. Steinmayr представят данни, според които приблизително 65% от децата в света участват в спортни дейности. Докато 55% от американските деца участват в младежки спортове, сред немските деца този брой е малко по-висок: около 70% от всички деца на възраст между 6 и 14 години се занимават със спортни дейности. Освен това много държави подкрепят подобни дейности със значителни държавни субсидии (Felfe, Lechner, Steinmayr, 2016).

В нашата страна към 2014 година са учредени общо 4738 спортни клуба. Българските спортни федерации с най-голям брой асоциирани клубове са „Лека атлетика“, „Борба“, „Тенис“, „Волейбол“ и „Баскетбол“ (Dasheva, Bakov, Nikolova, Iliev, 2015).

Тревожни са данните за тенденцията за намаляване на физическата активност при децата в нашата страна. По данни на Националния център по общественото здраве и анализи (2013) само 22% от момчетата и 13% от момичетата имат ежедневна умерена до интензивна физическа активност в продължение на един час съгласно препоръките за поддържане на нормално тегло и добро здраве, 36% от момчетата и 47% от момичетата прекарват ежедневно след училище 5 – 6 и повече часа в седнало и легнало положение.

Проучвания на Националния статистически институт в периода 1996 – 2001 г. установяват нарастване на относителния дял на физически неактивното население, като цяло, за всички възрасти, включително и при децата във възрастовия период между 5 и 14 години.

Представените данни потвърждават тревожната тенденция за обездвижване на подрастващите в нашата страна и ориентираността им към нездравословен начин на живот. Именно поради това изпъква като приоритетна необходимостта от поощряване изграждането на активен и здравословен начин на живот чрез пълноценно използване на свободното време на децата. Системните занимания, свързани с двигателна активност, оказват влияние не само върху развитието на физическата дееспособност, но имат и здравословно-профилактичен ефект, който не бива да бъде подценяван.

Спортът е един от вариантите за физическа активност в свободното време, участието в спортните клубове е организирано и обикновено спортистите тренират и се състезават в отбори или индивидуално, „който организира състезаването в отбори или индивидуално (Eime, Young, Harvey, Charity, Payne, 2013). Участието на децата в структурирани спортни дейности насърчава развитието на личностни качества, като организираност, самостоятелност, самоконтрол, търпеливост, решителност, настойчивост, инициативност и пр., които помагат на децата да се справят успешно с житейските си задачи и да преодоляват по конструктивен начин трудностите и личните проблеми в ежедневието.

Клубната форма за организация на спортната дейност в свободното време на подрастващите има съществено предимство пред неорганизираната физическа активност поради по-голямата яснота и целенасоченост на цялостната дейност в тях. Разбира се, участието в спортните клубове може да бъде твърде разнопосочно в зависимост от спецификата на средата и организацията на цялостната дейност. Възпитателните възможности на спортните клубове се детерминират от начина, по който се организират тренировъчната и състезателната дейност в тях.

Спортният клуб е прекрасна възможност на децата и младежите да се научат да общуват помежду си, да се научат на живот в обществото, спазвайки принципите на демокрацията, колективната и личната отговорност. Клубната форма на обединение позволява диференцирано да се отчитат интересите и потребностите на занимаващите се със спорт, да се провежда консултативна

работа с тях, да се осъществява не само организационна, педагогическа, но и финансова дейност (Stolyarov, 2014).

Основно направление в усъвършенстването на работата в спортните клубове според чуждестранните специалисти е увеличаването на разнообразните форми на спортната активност, ориентацията към свободно самоизразяване на занимаващите се със спорт, културно-просветна дейност, повишаване на вниманието към социализацията на децата и подрастващите (Stolyarov, 2014).

В световната наука съществуват различни критерии за оценка на активния начин на живот. Интерес представляват предложените от Pearson, N., Braithwaite, R. E., Biddle, S. J. H., Sluijs, E. M. F., & Atkin, A. J. две нива за оценка на активния начин на живот в детска възраст: 1) *тяхното участие в извънучилищни спортни дейности*; 2) *времето, прекарано в гледане на телевизия и електронни игри* (Pearson, Braithwaite, Biddle, Sluijs, & Atkin, 2014).

Mark S. Allen, Stewart A. Vella and Sylvain Laborde провеждат лонгитудинално изследване на 3956 деца на 6-годишна възраст и 3862 деца на 10-годишна възраст за установяване на връзката между *спортната активност, времето прекарано пред екрана* (гледане на телевизия и електронни игри), *личностната устойчивост и промените в детството*. Анализът на данните, получени от това изследване, дава основание на авторите да твърдят, че *активният начин на живот* (активна спортна дейност и по-малко гледане на телевизия и електронни игри) в детството оказва положително влияние върху развитието на личностната устойчивост и съдейства за намаляване на интроверсията и реактивността в поведението на децата (Allen, Vella, Laborde, 2015).

Резултатите от извършеното емпирично изследване потвърждават, че по-активният начин на живот в детството (по-активно спортно участие в свободното време и по-малко гледане на телевизия и електронни игри) съдейства за повишаване на *емоционалната устойчивост и понижаване на реактивността* в общуването на децата с възрастни и с връстници. Освен това участието в спортен клуб стимулира развитието на социалната компетентност на подрастващите, насърчава сътрудничеството, дисциплината, честната игра и спортменството (Allen, Vella, Laborde, 2015).

Системните и организирани в свободното време на децата дейности, свързани с физическа активност, стимулират развитието на твърде значими житейски умения (като търпение и пр.), подобряват *вниманието, оперативната памет и академичните постижения* (Singh, Uijtdewilligen, Twisk, van Mechelen & Chinapaw, 2012; Allen et al., 2015).

Rochelle Eime, Janet Young, Jack Harvey, Melanie Charity и Warren Payne предлагат концептуален модел „Здраве чрез спорт“, в който се отразяват взаимните връзки между психологическите, психосоциалните и социал-

ните аспекти на здравето и техните зависимости със спортното участие. Авторите препоръчват участието в спорта в общността да се възприема като форма на физическа активност през свободното време за децата и юношите, като целта е не само поддържане и подобряване на тяхното физическо здраве, особено във връзка със затлъстяването в детска възраст, но и постигане на резултати относно психосоциалното им функциониране (Eime et al., 2013).

Howie и др. установяват, че децата, които посещават спортни клубове в свободното си време, показват по-високи резултати по отношение на многообразието на социалните си умения в сравнение с децата, които не участват в никаква извънучилищна дейност (Howie, Lukacs, Pastor, Reuban, Mendola, 2010).

D. Hansen, R. Larson и J. Dworkin доказват, че освен физическите ползи спортуващите деца имат и по-високи нива на самопознание и емоционално регулиране в сравнение с тези, които са свързани с други извънучилищни дейности (Hansen, Larson, Dworkin, 2003).

Теоретичното изясняване на връзката между възпитанието и развитието на емоционалната саморегулация на децата, които системно се ангажират със спортна дейност, представлява друг съществен акцент в настоящия труд. Пълноценните възпитателни интеракции в спортните клубове насърчават и стимулират разгръщането на вътрешноличностните ресурси на подрастващите за саморазвитие и саморегулация на поведението, което има изключително значение за предпазването им от емоционални и поведенчески проблеми и успешното преодоляване на житейските изпитания, които неизменно съпътстват живота на всеки човек.

Проучването на P. Harrison и неговите колеги показва, че спортът, сам по себе си (а също и в комбинация с други дейности), е свързан със значително по-добри здравни резултати, включително по-висок здравословен Аз-образ и по-малък риск от емоционален стрес, самоубийствено поведение и злоупотреба с вещества (Harrison, 2003).

В своето изследване N. Holt, B. Kingsley, L. Tink, J. Scherer не сравняват влиянието на спортното участие с други дейности в свободното време, а проучват мнението на родителите, които съобщават за ползите в личностното и социалното развитие на децата спортисти. Социалните резултати включват положителни взаимоотношения с треньорите, създаване на нови приятелства, развитие на уменията за работа в екип и на социалната компетентност (Holt, Kingsley, Tink, Scherer, 2011; Eime et al., 2013).

Личните качества включват контрол на емоциите, радостта от изучаването на нови неща, увереност и дисциплина, добро академично представяне, справяне със задълженията и постоянна ангажираност (Eime et al., 2013). Самодисциплината и самоуправлението на хората са мощен стимулатор за раз-

гръщане на личностния потенциал и за успешно справяне с житейските предизвикателства, които неизменно съпътстват тяхното съществуване.

Анализът на резултатите от извършено лонгитудинално проучване на участието на клубните спортисти (юношеска възраст) в продължение на три години в Германия показва, че освен идентифицирането на физическите ползи дейностите в спортните клубове оказват положително влияние върху развитието на самоуважението, като момчетата откриват спорта, като източник на самоуважение, по-рано от момчетата (Brettschneider, 2001).

Съществуват много емпирични доказателства, които доказват тезата, че активно спортуващите деца генерират по-високи резултати във физическото функциониране, общото здравословно състояние, социалните умения, психичното здраве, както и по-ниски стойности на телесна болка в сравнение с неспортуващите си връстници. По подобен начин в едно швейцарско проучване Fegnon и неговите колеги класифицират подрастващите като „спортисти“ и „неспортисти“ въз основа на участието им в спортни клубове. Спортистите имали превъзходство в благосъстоянието, настроението, чувствали се по-малко нервни и тревожни, като по-често били енергични и щастливи, чувствали се тъжни или потиснати по-рядко, както и правели по-малко опити за самоубийство (Eime et al., 2013).

Възпитанието в спортните клубове притежава изключителни ресурси за насърчаване и стимулиране на саморазвитието и саморегулацията на децата. В този процес обаче самоосъзнатостта и компетентността на спортните педагози и треньорите е от решаващо значение, тъй като човек, който не може да се самоконтролира, не би могъл да възпита такива умения у своите възпитаници.

Направените разсъждения подчертават необходимостта от осъвременяване на професионалната подготовка на бъдещите спортни педагози и треньори, съобразяване с тенденциите в развитието на социалната действителност и утвърждаване на нови акценти в разбиранията, начина на организиране и осъществяване на превантивните възпитателни интеракции в спортните клубове.

REFERENCES/ЛИТЕРАТУРА

- Allen, M., Vella, S., Laborde, S. (2015). Sport participation, screen time, and personality trait development during childhood. *British Journal of Developmental Psychology*, 33, 375 – 390.
- Brettschneider, W-D. (2001). Effects of sport club activities on adolescent development in Germany. *Eur J Sport Sci*, 1(2):1 – 11.
- Carvalho, M., Silva, A., Raposo, J., Louro, H., Leitão, L. (2008). The influence of free time in the access to the practice of physical and sports activities in school age children. *Fit Perf J, Rio de Janeiro*, 7, 2, 81 – 87.

- Dasheva, D., Bakov, P., Nikolova, E., Iliev, D. (2015). Detsko-yunosheski sport i eliten sport – konvergenstsiya i nova viziya. *Sport & nauka*, br.1, s. 13. [Дашева, Д., Баков, П., Николова, Е., Илиев, Д. (2015). Детско-юношески спорт и елитен спорт – конвергенция и нова визия. *Спорт & наука*, 1, с. 13].
- Eime, R., Young, J., Harvey, J., Charity, M., Payne, W. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10:98.
- Felfe, C., Lechner, M., Steinmayr, A. (2016). Sports and Child Development. *PLoS ONE*, 11(5).
- Fletcher, A., Nickerson, N., Wright, K. (2003). Structured Leisure Activities in Middle Childhood: links to well-being. *Journal of Community Psychology*, Vol. 31, (6), 641 – 659.
- Hansen, D., Larson, R., Dworkin, J. (2003). What adolescents learn in organized youth activities: a survey of self-reported developmental experiences. *J Res Adolesc*, 13(1).
- Harrison, P. (2003). Differences in behavior, psychological factors, and environmental factors associated with participation in school sports and other activities in adolescence. *J School Health*, 73(3).
- Holt, N., Kingsley, B., Tink, L., Scherer, J. (2011). Benefits and challenges associated with sport participation by children and parents from low-income families. *Psychol Sport Exerc*, 12.
- Howie, L., Lukacs, S., Pastor, P., Reuban, C., Mendola, P. (2010). Participation in activities outside of school hours in relation to problem behavior and social skills in middle childhood. *J School Health*, 80(3).
- Pearson, N., Braithwaite, R. E., Biddle, S. J. H., Sluijs, E. M. F. & Atkin, A. J. (2014). Associations between sedentary behaviour and physical activity in children and adolescents: A meta-analysis. *Obesity Reviews*, 15.
- Sheffer, D. (2003). *Deti i podrostki. Psihologiya razvitiya*. Moskva: Piter. [Шэффер, Д. (2003). *Дети и подростки. Психология развития*. Москва: Питер].
- Singh, A., Uijtdewilligen, L., Twisk, J. W., van Mechelen, W., & Chinapaw, M. J. (2012). Physical activity and performance at school: A systematic review of the literature including a methodological quality assessment. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 166(1).
- Stolyarov, V. (2014). *Olimpiyskoe vospitanie. Teoriya i praktika*. Moskva: Natsionalnoe obrazovanie. [Столяров, В. (2014). *Олимпийское воспитание. Теория и практика*. Москва: Национальное образование].

THE SPECIFIC UPBRINGING IN SPORT CLUBS: ACTUALITY AND CHALLENGES

Abstract. This study focuses on the need to analyze and rethink the educational resources of sports training in sports clubs in our country. In the context of the new realities of life in contemporary Bulgarian society, priority is given to the preventive aspects of education. It promotes and stimulates the development of self-awareness, self-regulation and self-control of adolescents. The present work reaffirms the idea that preventive aspects of upbringing are the most important part of the overall system of prevention of destruction.

The focus of the present study is on the theorizing of the specifics of the preventive aspects of the educational activities in the sports clubs. Also, on the support and stimulation of the active way of life of children and adolescents and their orientation towards systemic sports activities in leisure time. Sports educate personal qualities such as organization, autonomy, self-control, patience, determination, persistence, initiative, etc. These qualities help children successfully cope with their life tasks and overcome constructively the difficulties and personal problems in everyday life.

✉ **Dr. Snezhana Popova, Assoc. Prof.**
Mr. Blagoi Kalpachki, PhD Student

South-West University „Neofit Rilski“

Blagoevgrad, Bulgaria

E-mail: sap1962@abv.bg

E-mail: blagoipopov@mail.bg