

ИЗВЪНКЛАСНИТЕ СПОРТНИ ФОРМИ – ВЪЗМОЖНОСТ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА СЪВРЕМЕННИТЕ ПРОБЛЕМИ НА МЛАДИТЕ ХОРА

Емилия Лазарова, Веселина Иванова

Втора английска езикова гимназия „Томас Джеферсън“ – София

Резюме. В статията е разгледано значението на извънкласните спортни форми като средство за превенция на съвременните проблеми на младите хора: обездвижване, наднормено тегло, социална изолация, рискови поведения.

Очертават се ползите от извънкласните дейности в областта на спорта в училище за ефективна социализация и развитие на индивидуалните способности на всеки ученик, формиране на нагласи за здравословен начин на живот, изключващ рискови и обществено неприемливи модели на поведение.

Keywords: extracurricular sports forms; prevention; problems of young people; immobilization; overweight; social exclusion; risk behaviors

Важни алтернативи за свободното време на учениците и младите хора са физическата култура, спортът и туризмът. Училището е институцията, която може да осмисли свободното време чрез клубни извънкласни спортни дейности и да провежда превантивна политика за ограничаване на рисковите поведения, за намаляване на агресията и насилието, за изграждане на навици за здравословен начин на живот.

През последното десетилетие се задълбочиха изключително много проблемите на децата и младите хора. Те касаят преди всичко:

- модели за поведение и стил на общуване;
- мотивация за качествено образование и личностно изграждане;
- рискови поведения (сексуални, употреба на психоактивни вещества);
- информационно-комуникационна зависимост, социална изолация и липса на вербална комуникация;
- агресия във всичките ѝ форми;
- влошен здравословен статус (нездравословно хранене, обездвижване);

Анализът на проблемите насочва към следните причини: обществен дефицит на граждански ценности; делегиране на всички отговорности по обучението и възпитанието на децата и младите хора на училището като институция и абдикиране

на семейството с основните му отговорности; неангажиране на свободното време на учениците; липса на училищни политики за приобщаване към институцията, за съпричастност към училищния живот, за ангажиране в свободното време.

Училището има малко ангажменти за осмисляне на свободното време на учениците. Административното ръководство на Втора английска езикова гимназия е заложило в Стратегията си за развитие на извънкласните клубни дейности в областта на физическото възпитание и спорта. Физическото възпитание и спортът предоставят уникални, комплексни възможности за превенции на посочените проблеми. Формират нагласи и изграждат умения и навици за физическа и двигателна активност. Стимулират интереси, насърчават състезателни изяви и развиват спортни таланти. Спортът насочва и личностното развитие чрез формиране на качества като: екипност, отговорност, толерантност, самодисциплина. Спортът мотивира за постигането на добри резултати. Той ни прави сензитивни към нормите на гражданското общество, към естетическото възприемане на света, към културата на общуване.

Извънкласната спортна активност на учениците от II АЕГ се проявява в клубовете на училищната Спортна академия чрез редовни занимания; инициране, организиране и провеждане на различни спортни дейности; ангажиране на голям брой ученици. Заниманията в клубовете на Спортната академия и секциите към тях развиват спортовете: футбол, баскетбол, волейбол, тенис и шах. Спортната академия е създадена в рамките на училищния проект „Училището – инвестиция в бъдещето!!!“ към ОП „Развитие на човешките ресурси“ и доразвита в проектите УСПЕХ и „Твоят час“.

Всяка учебна година преподавателите по ФВС изработват календар на спортно-състезателните и туристическите дейности, включващи вътрешноучилищни и междуучилищни турнири, провеждани с различна цел – благотворителна, училищни празници, училищна спортна купа „Джеферсън“ и други.

Представителните отбори при II АЕГ по волейбол, баскетбол, футбол, шах, тенис на маса и плуване всяка година заемат призовите места на общинския кръг на „Ученическите игри“ и се класират за участие в зоналния етап на игрите. На финалите на столичното първенство са участвали отборите по плуване, шахмат, баскетбол, футбол и волейбол.

Изключителни успехи имат отборите по плуване в двете възрастови групи. Четрикратно отборни победители и носители на „Купата на Кмета“, както и победители в турнира „Делфин“ няколко поредни години.

Спортните постижения имат своята история във II АЕГ. Успехите на волейболните отбори започват с първото издание на купа „Кларис“. Юношеският отбор е два пъти носител на Купата през 1998 и 2007 г. и има едно второ място през 2002 г. На турнира на 164. ГПИЕ през 2010 г. юношите се класираха втори, а през 2011 г. стъпиха на почетната стълбица със златни медали и купа, а девойките взеха сребърните медали. През 2012 г. се класираха на пето място на републиканското първенство от „Ученическите игри“. Отборът по баскетбол зае пето място на републи-

канското първенство през 2015 г., а футболният ни отбор достигна до финалите на „Ученическите игри“ през 2017 г. Интерес към футбола проявяват и девоите на II АЕГ. Успехите им не закъсняха – на първенството по програма „Женски футбол“ заеха призовите места. С ентузиазъм се включиха и в Градското първенство по футбол за смесени отбори, провеждано по Програма на УЕФА Grassroots и Столична община. Участието в посочените програми е важно не само за формиране на нагласи за двигателна активност и здравословен начин на живот, но и за популяризиране на европейските ценности, история и традиции, свързани с футбола. Развиват се и личностни качества, като дисциплина, отговорност, солидарност, толерантност.

Шахматният отбор има голям принос за спортните успехи на гимназията. През 2003 и 2006 година се класира на второ място на столичното първенство. Отборът участва редовно в шахматните турнири, организирани от Столична община. На VI турнир на столичните училища „Златна пешка“ нашите ученици заеха второ място във възрастовата група IX – XIII клас. А през 2017 г. получихме номинация „Рицар на шаха“ в категория „индивидуално – юноши“.

Традиция е гимназията да се представя и в турнири по тенис на маса. През 2003 и 2004 година отборът заема трето място на столичното първенство.

Непопулярни за училищния спорт са спортове като хандбал и ски, но и там имаме своите отличия. През 2003 година отборът по хандбал – юноши, се класира на второ място на финала на столичното първенство.

От няколко години наши възпитаници от различни възрастови групи участват активно в организираното от Столична община градско първенство по ски и сноуборд. 2011 г. е успешна за нас. С грамоти бяха наградени учениците ни, класирали се на VI място (ски) и IV място (сноуборд). От 2010 до 2015 г. в столичното първенство по ски алпийски дисциплини нашите възпитаници заемат първите места.

В днешното забързано ежедневие и все по-голямата зависимост от социалните мрежи и технологиите е необходимо да се търсят най-различни възможности за намаляване на негативните последици от обездвижването на младите хора. От дейностите, свързани с функционирането на Спортната академия, както и участниците в тях може да се направи извод за полезното ангажиране на свободното време на учениците в училище чрез извънкласни спортни дейности. Положително е въздействието им не само върху преките участници в спортните клубове, но и върху техните приятели – като подкрепяща среда на тренировките и състезанията; върху отразяващите спортния училищен живот и други.

REFERENCES/ЛИТЕРАТУРА

- Ivanov, St. & Tomova, D. (2011). *Fizichesko vazpitatie. Sotsialna integratsiya. Sport*. Blagoevgrad: Neofit Rilski. [Иванов, Ст. & Томова, Д. (2011). *Физическо възпитание. Социална интеграция. Спорт*. Благоевград: Неофит Рилски.]

- Kostov, K. & Kinov, S. (2016). Kam vaprosa za integrativnata sashtnost na fizicheskoto vazpitanie. *NSA: Mezhdunaroden nauchen kongres „Sport, stres, adaptatsiya“* [Костов, К. & Кинов, С. (2016). Към въпроса за интегративната същност на физическото възпитание. *НСА: Международен научен конгрес „Спорт, стрес, адаптация“*]
- Kinov, S. & Margaritova, V. (2007). Fizicheskoto vazpitanie i sport v svobodното време (optimizirane, vazmozhnosti za realizatsiya). *Blagoevgrad: Nauchna konferentsiya „Fizicheskoto vazpitanie i sportat v obrazovatelната система* [Кинов, С. & Маргаритова, В. (2007). Физическо възпитание и спорт в свободното време (оптимизиране, възможности за реализация). *Благоевград: Научна конференция „Физическото възпитание и спортът в образователната система*]
- Kinov, S. (2008). Nyakoi osobenosti pri organizatsiyata i provezhdaneto na izvanklasnite форми po fizicheskoto vazpitanie i sport. *NSA: Nauchna konferentsiya „Aktualni problemi na fizicheskata kultura“*. [Кинов, С. (2008). Някои особености при организацията и провеждането на извънкласните форми по физическо възпитание и спорт. *НСА: Научна конференция „Актуални проблеми на физическата култура“*.]

EXTRACURRICULAR SPORTS FORMS AS A MEANS OF PREVENTING THE MODERN PROBLEMS OF YOUNG PEOPLE

Abstract. The article discusses the importance of extracurricular sports forms as a means of preventing the modern problems of young people: immobilization, overweight, social exclusion, risk behaviors.

The benefits of extracurricular activities in the field of sports at school are outlined to effectively socialize and develop the individual abilities of each pupil, to shape attitudes towards a healthy lifestyle, excluding risky and socially unacceptable patterns of behavior.

✉ **Ms. Emilia Lazarova**

Headmaster

2nd English Language High School “Thomas Jefferson”

Sofia, Bulgaria

E-mail: 2els.bg@gmail.com

✉ **Ms. Veselina Ivanova**

Deputy Headmaster

2nd English Language High School “Thomas Jefferson”

Sofia, Bulgaria

E-mail: vesi.g@mail.bg