

ОЛИМПИЙСКИТЕ ЦЕННОСТИ В СПОРТНИТЕ ДЕЙНОСТИ И ОБУЧЕНИЕ ПО ФВС ОТ РАЗСТОЯНИЕ В ЕЛЕКТРОННА СРЕДА

Мария Братова

СУ „Св. св. Кирил и Методий“ – Козлодуй

Резюме. Олимпийските ценности са непонятната и тайна за мнозина духовна сила на спорта, която може да осмисли времето, да върне достойнството и да промени нравствено личността на спортиста. „Най-важното в олимпийските игри е не да спечелите, а да вземете участие, точно както най-важното в живота не е триумфът, а борбата. Същественото е не да сте победители, а да сте се борили добре“, казва френският педагог и историк, най-известен като основател на съвременните олимпийски игри, Пиер дьо Фреди, барон дьо Кубертен. Благородният дух на тази идея крие мощ и може да се превърне в идеал за всеки, който иска да промени себе си и света около себе си. Времето на технологиите, в което живеем, ни поднася предизвикателства от здравословен, образователен и социално-културен характер. Изненадата COVID-19 блокира много дейности и изцяло промени света на спорта и двигателната активност на съвременния човек. Появиха се нови въпроси и трудности, усети се голямата нужда от личностна и семейна отговорност, както и от духовни, чисто човешки ценности. Тази статия описва как учителите по физическо възпитание и спорт намериха ориентир, решение и подкрепа в идеята на олимпийското движение и я приложиха като алтернатива в спортните дейности с младите хора и в часовете по физическо възпитание и спорт.

Ключови думи: училище; урок; COVID-19; физическо възпитание; спорт; олимпийски принципи; свободно време

Увод

За човека играта е изява на самоусъвършенстване, творчество, взаимна подкрепа и социализация. Човешката игра се различава от животинската, тя е основана на правила, на взаимно доверие, помощ и добронамереност. Основна цел на обществото в Древна Гърция е била да възпитава у своята младеж добродетели. Добродетели като чест, мъжество, решителност, смелост. Постепенно идеалът от Античността се изменя и спортът се превръща в опасно средство за печелене на пари, надмощие на нации и интереси. Френският пе-

дагог и историк, най-известен като основателя на съвременните олимпийски игри, Пиер дьо Фреди, барон дьо Кубертен, се захваща с възобновяването на игрите, вярвайки, че чрез тях ще започне изграждането на нова епоха в развитието на спорта чрез изявата на човечността, справедливостта и мира.

Днес светът ни е поставен отново на изпитание. Децата изповядват различни ценности и имат други потребности. Дилемите и пред нас, учителите по физическо възпитание, следват една след друга. Градивна ли е победата на всяка цена, къде е основата и защо липсват дисциплината, спорта и уважението към родителите, треньорите, обществото, като цяло?

Ние смятахме, че предметът ни не може да бъде особено иновативен, усепахме нуждата от часове за теория, но никога не сме си представяли, че ще преподаваме дистанционно физическото възпитание и спорт. И тук въпросите продължиха – ще успеем ли да се справим с технологичните особености на електронната среда? Как ще поддържаме интереса и мотивацията? Как ще се осъществява контролът върху натоварването и оценяването на учениците? Кой подход и коя програма ще са най-достъпни за обучение? Ефективно ли ще е то от разстояние?

За да се разрешат всички тези сложни професионални въпроси в хода на толкова радикална промяна и нова обстановка, бяха необходими взаимна подкрепа и единни действия. Решението дойде чрез прилагане на ценностите на Олимпийското движение. Олимпийската солидарност, доказала ефективността си във времето, мотивира и нас, учителите, които милеем за бъдещето и възпитанието на нашите ученици, да вървим заедно напред.

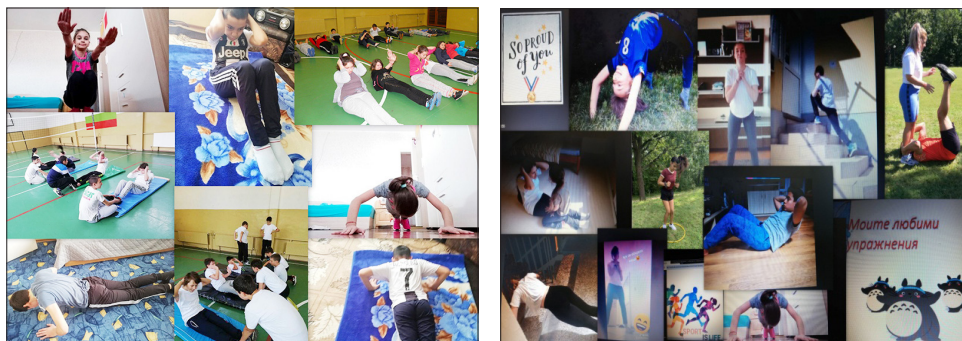
„О, спорт, ти си светът! Олимпизмът се стреми да създаде начин на живот, основан на радостта, открита в усилията, образователната стойност на добър пример и уважение към универсалните етични принципи.“

Пиер дьо Кубертен

В спорта има нещо вълшебно, което се пази само за тези, които могат да го оценят. Няма нищо по-прелестно и блестящо от огъня в очите и сърцето на човек, който обича това, което прави. Пламъкът на радост и любов, от който всеки един от нас се зарежда, защото в желанието се крие красотата. Спортните дейности се радват на голям интерес в нашето училище. Традиционно спортният календар е богат и наситен с мероприятия и състезания, в които възможност за изява имат учениците от първи до дванадесети клас. Създалата се ситуация в условията на дистанционно обучение не ни попречи да отбележим повечето от тях. Ограниченията, свързани с пандемията, наложиха инициативите да се проведат за първи път в такъв формат, и бе предизвикателство за нас и всички участници. Големият въпрос се състоеше в това дали би била

ефективна такава форма за възпитание, в която децата нямат пълноценна възможност за съчетаване на двигателна активност с образователни прояви. Отговорите получихме с обратната връзка и те бяха удовлетворителни.

По повод 100-ния учебен ден подложихме на изпитание силата и волята на децата чрез състезания. Предизвикателството се проведе под мотото „Предизвикай себе си, бъди активен у дома“. 317 ученици от IV до XII клас се състезаваха за максимален брой лицеви опори, максимален брой коремни преси и теста седане-ставане. В рамките на една седмица над 293 ученици постигнаха максимален резултат от 100 броя, а 44 от тях направиха над 400. Човешкият стремеж към усъвършенстване преодоляваше летаргията от заседналият начин на живот и общуване, намаляваше психическата умора на децата и те придобиваха полезни навици в своето ежедневие. Заедно успяхме да създадем в нетипичните домашни условия живот деен, основан на радостта от победата над самия себе си. А многобройните видеозаписи, с които децата ни затрупваха, бяха като балсам за душите ни, търсещи път в новата среда.



*„За всеки човек спортът е потенциален източник на вътрешно
самоусъвършенстване.“*

Пиер дьо Кубертен

С учениците от начален етап, шести и седми клас проведохме беседи и тематични часове на олимпийска тематика. Съвместно с учителя си по история и ФВС те изготвиха презентации, представиха олимпийските символи и произнесоха тържествено олимпийската клетва. Рецитираха одата на спорта, в която Кубертен изящно описва своите разбирания за хуманната страна на спорта.

С по-големите ученици от VIII до XII клас дискутирахме принципите на честната игра, търсехме и откривахме границата между доброто и злото, които определят неписаните правила в играта и състезанието. Вдъхновени от ма-

гията на Олимпийското движение, нашите възпитаници изготвиха проекти на тема „Благородният дух на спорта“, в които представиха български и световни атлети, достойни примери за подражание. Запознах се с творчеството на писателя Иво Иванов и неговия сборник с разкази „Отвъд играта“. Целта на тези уроци бе утвърждаването на човечните измерения на спорта, формиране на нравствените добродетели като честност, уважение, милосърдие и справедливост, които са в основата на олимпийските принципи.

„В Олимпийската клетва искам само едно: спортна лоялност.“
Пиер дьо Кубертен

Учениците имаха възможност да проявят и практически израз на този принцип. Изключителен бе интересът към дните на толерантността в нашето училище. Спортните турнири по различни видове спорт са част от програмата, в тях децата показват как съперниците на игрището могат да бъдат приятели и в училище, и в живота. Те демонстрират уважение към противника, съдията и съотборниците си. Стараят се да спазват добросъвестно правилата и се учат да понасят с достойнство загубите като истински спортисти.

Да насърчаваме стремежа към добро поведение в борбата за първото място, е истинско изпитание и много важна задача за нас. Изисква се голяма сила на духа да дадеш предимство на нормите на човечността пред изгодата и стремежа за победа на всяка цена.

В седмицата, посветена на народните будители, се проведеха часове на тема „Още причини да се гордеем, че сме българи“ и конкурси за рисунка. Най-малките ученици от I до IV клас нарисуваха своите любими български спортисти. Възпитаниците ни от V – X клас показаха завидни познания в търсене на будители вдъхновители в областта на спорта. Председателят на журито – учител по изобразително изкуство, бе затруднен в нелеката задача да определи победител между 67 творби. Най-добрите от тях получиха грамоти и лакомства от директора на училището ни и украсиха стените към физкультурния салон с изложба на спортната слава – повод за гордост и самочувствие. Основната цел на тази проява бе насърчаване на творческите изяви на учениците, познаване на спортната слава на българските шампиони, формиране на чувство за патриотизъм и родолюбие.

Провеждането на спортни инициативи с цел олимпийско възпитание, провеждане на беседи с учениците, отбелязването на важни дати от историята на България имат своето значение. В днешно време повечето значими за историята дати остават в календара като неучебни дни и много родители, учители и деца ги използват за отход. Статистиката на СУ „Св.св. Кирил и Методий“ показва, че ежегодно, само във вътрешноучилищните първенства, участие вземат над 650 наши възпитаници.

Традиционните за нашето училище спортно-състезателни дейности включват инициативи по повод 1 ноември, 3 март, 24 май, 1 юни и са съпроводени с голямо вълнение. Мемориалът по шахмат „Йордан Балкански“, който през 2021 г. се проведе за 14 път, напомня, че трябва да имаме памет за добрите дела. Емблематичното състезание „Лъвски скок“, единствено по рода си в град Козлодуй, се провежда в памет на Апостола на свободата. В него ежегодно вземат участие над 450 ученици от всички випуски. Акцентът, предхождащ състезанието, е не само върху атлетизма на великия българин, но и върху нравствените му ценности и смисъла на неговата дело. Колекцията ни от инициативи включва още: вълнуващи празници и бал на спортистите, спартакиади за педагогически специалисти и служители – състезания, които обединяваха чрез спорта учители по различни предмети от трите училища в града.



„По-бързо, по-високо, по-силно“
Пьер дьо Кубертен

Работоспособността намалява от липсата на движение. Много семейства на наши възпитаници се убедиха в това, а учителят по ФВС се превърна в желан виртуален гост на всяко семейство.

Твърдението, че спортът е в застой, опровергахме, като предприехме разнообразни спортни дейности в дните и на великденските празници. По това време трябваше да се проведе за втора година единственото по рода си състезание „24 часа спорт“, а негов патрон щеше да бъде големият български гимнастик Йордан Йовчев. Предложихме на нашите възпитаници вариант за състезанието в условията на пандемия. Програмата включваше танцов марафон за любителите на хората, зумбата, латино, аеробиката и дори на африкански танци. Бяха отправени предизвикателства, като планк до отказ и 5 нива в скачането на въже, като към следващо ниво се минаваше само ако са успели да завършат предходното. Логически задачи за любителите на шахматната игра, кардиотренировки за по-напредналите и за чудесен завършек на спортния полуден предложихме мотивиращи филми на спортна тематика. Получихме обратна връзка, че 154 ученици са се включили в мероприятията, и то по време на ваканция. Този факт е показателен и ни прави горди, че децата ни спортуват, обичат физическата активност и се стремят към съвършенство не само на ума, но и на тялото.



„По-добър свят може да бъде създаден само от по-добри индивиди.“
Пиер дьо Кубертен

Верни на тази идея, ежегодно провеждаме и много благотворителни каузи, като най-впечатляващ е спортният турнир „КиМ подкрепя Божи и Марти“. Под патронажа на многобройните шампиони и с примера на тяхната личностна реализация се поддържа и засилва интересът към спорта на трудно успяващите и в неравностойно положение деца. За стимулиране на творческите им изяви и изграждане на самоуважение като път към личен успех създадохме групи по спорт към Училищния граждански кръг, които се оказаха много полезна практика на нашето училище, представена на колоквиум с международно участие „Да върнем децата в училище“. В програмите за патронните празници и спортните турнири има специално място за децата със специални

образователни потребности. Забавните занимания и упражненията с изправителна гимнастика под надслов „Спешъл Олимпик“ карат многобройни детски лица да греят.



През 2019 г., седмица преди най-светлия християнски празник, учителите от СУ „Св. св. Кирил и Методий“ се обединихме около идеята да провокираме интереса на малки и големи, деца и ученици, родители и треньори към по-голяма физическа активност и спорт. Проведохме първото издание на състезанието „24 часа спорт“. В подкрепа на инициативата като посланици на събитието се включиха бивши ученици с международен и световен принос в областта на спорта, както и най-младите надежди на училището. За целта 22 април бе обявен за неучебен ден. Началото бе дадено на 21 април и макар че денят бе празничен, двоят на „Св. св. Кирил и Методий“ се изпълни с деца и родители. Малчуганите от първи и втори клас дърпаха въже, играха народна топка, филек и мериха сили в състезателната игра „Цветница“, проявявайки завидна бързина, ловкост и пъргавина.

24-часовият маратон продължи до ранни зори със спортовете волейбол, футбол, кикбокс и тенис на маса. Учители и ученици се разсъниха с утринна физзарядка, която премина в танцов маратон, а в плувния басейн се проведе открита тренировка по плуване. Поздрав към всички любители на спорта отпрати клубът по йога, а изявените джудисти от клуб „Олимпия“ впечатлиха с атрактивна демонстрация. Програмата бе изпълнена с надпревари, предизвикателства и много игри. Финалът бе благородна надпревара по футбол между ученици и учители – пример за феърплей и приемственост. Затова и разоча-

рованието, че пандемията попречи този празник на силата, волята и спорт-
сменския дух да се повтори, беше голямо, но идеята – компенсирана. Остава
вярата, че най-доброто ни предстои.



Заклучение

В заключение искам да подчертая, че Промяната, която всички очакваме, не се състои само в усвояване на нови знания, в начина на комуникиране или преподаване. Ролята на учителя е да възпитава, да не спира да задава значимите въпроси и да търси верните отговори с ясната убеденост, че на днешната младеж ѝ липсват дисциплина, морал и ценности и че училището също носи отговорност за това. Търсим примери в Олимпийското движение, които утвърждават добродетели като сила на духа, отговорност, човечност, единство, а в практическата си дейност изискваме от нашите възпитаници тези ценности

да бъдат прилагани и във всекидневието. Затова жънем успехи, затова сме не просто едно успешно училище, а голямо и задружно семейство. Това е според нас начинът да направим себе си и света около нас по-добър!

THE OLYMPIC VALUES IN SPORTS ACTIVITIES AND DISTANCE LEARNING IN SPORTS AT SCHOOL

Abstract. The Olympic values are the sports' spiritual power, which is incomprehensible and secret to many people, but can make sense of time, restore dignity and change the athlete's personality. "The important thing in the Olympic Games is not the triumph but the struggle, the essential thing is not to have conquered but to have fought well", says the French educator and historian known as the father of the modern Olympic Games, Charles Pierre de Frédy, Baron de Coubertin. The noble spirit of this idea hides power and can become an ideal for anyone who wants to change himself/herself and the world around him/her. The time of technology, that we live in, represents a challenge of a healthy, educational and socio-cultural nature. The COVID-19 surprise blocked many activities and completely changed the world of sports and the physical activity of modern people. New issues and difficulties emerged, the great need for personal and family responsibility was felt, and spiritual, purely human values appeared. This article describes how teachers in physical education and sports found a landmark, solution and support in the idea of the Olympic movement and implemented it as an alternative in sports activities with young people and sports classes.

Keywords: school; lesson; COVID-19; physical education; sports; Olympic principles; free time

✉ **Maria Bratova**

Senior Teacher in Physical Education and Sports
"St. st. Cyril and Methodius" Secondary School
I, Todor Kableshkov St.
Kozloduy, Bulgaria
E-mail: m_bratova@abv.bg