



ЛЕКА АТЛЕТИКА
КРАТКИ ИСТОРИЧЕСКИ СВЕДЕНИЯ ЗА ПОЯВАТА И
РАЗВИТИЕТО НА СПОРТА.
ЛЕКА АТЛЕТИКА В СОФИЙСКИЯ УНИВЕРСИТЕТ.

Иванка Кърпарова

Атлетическите упражнения са познати още от Античността. Състезания по бягане, скачане, хвърляне са сред най-старите от всички спортни дисциплини, за което свидетелстват много исторически данни.

За официално начало на леката атлетика се приемат първите състезания по бягане на Олимпийските игри в Древна Гърция през 776 г пр. н.е. По-късно (708 г пр.н.е.) към състезанията се включват хвърляне и скачане в рамките на пентатлона.

Счита се, че съвременната лека атлетика води началото си от състезанията по бягане в английските колежи през 19-ти в., като няколко учебни заведения си оспорват първенството.

През 1865 г. е основан Лондонският атлетически клуб, популяризиращ леката атлетика. Негова цел е провеждане на състезания и наблюдаване за спазване статута на любителските съревнования. Този клуб е предвестник на Любителската атлетическа асоциация, организирана в Лондон през 1880 г. – първият национален орган за спорта лека атлетика.

По това време започва да се развива лека атлетика и в САЩ. През 1868 г. в Ню Йорк е създаден атлетически клуб, а през 1875 г. и Студентски спортен съюз.

През последните две десетилетия на XIX век в много страни по света са създадени аматьорски лекоатлетически клубове. За жалост в България този модел за клубна принадлежност не само на атлетите от състезателния спорт, но и на любителите все още не съществува по подобие на световния опит. Едва последните години, въпреки популярността на леката атлетика и конкретно бягането за здраве, в страната ни има тенденция за организиране на аматьорски спортуващите в клубове или общности. За своеобразния ръст в интереса към спорта за любители доказателство са множество състезателни прояви, които се организират на шосе, в паркове, планински бягания, ултрамаратони. И все пак продължаваме да сме далече назад от развитите страни, що се отнася до масовост и достъпност на спорта. Въпреки факта, че все повече хора в България спортуват, трудно може да се говори за масовост. Причините за това са комплексни, включително липсата на ясни приоритети на управляващите по отношение развитие на масов спорт.

IAAF – WA, ИААФ - Международна асоциация на атлетическите федерации или вече позната като Световна Атлетика е основана на 17 юли



Към днешна дата в асоциацията официално членуват над 200 страни, а от август 2015 г. президент на ИААФ е известният бегач от близкото минало - британецът Себастиан Коу.

От 2019 г. IAAF се преименува на World Athletics.

От 70-те години на XX век аматьорската идея на спорта неминуемо губи своята същност, като последните десетилетия на миналия век състезателната дейност придобива все по-професионални измерения.

Комерсиализацията на спорта в днешно време е сред основните причини за изключително високото ниво на постиженията в дисциплините на леката атлетика. Макар да е консервативен спорт, без значими промени в устройството, правилника и организацията на състезателната дейност, през годините е непрекъснат стремежът към популяризиране на спорта.

До края на 70-те години на миналия век леката атлетика имаше своите дни на слава на Олимпийските игри на всеки 4 години. Днес е трудно да бъдат изброени официалните състезания, провеждащи се под егидата на Световна Атлетика. Световни първенства, Световни юношески първенства, Световни младежки първенства, Световни първенства в зала, Континентални купи, Световни първенства по крос-кънтри, Световни първенства по спортно ходене, Световни първенства по полумаратон, Диамантена лига, Челиндж серии и др. са част от големите състезания, които представляват спорта. Добавянето на хиляди други регионални и национални събития говори красноречиво за географията и популярността на леката атлетика по света.

„Леката атлетика е лукс“ – тези думи на известния британски бегач от средата на миналия век Роджър Банистър са повод за сериозен размисъл. Дали функцията на спорта е подобряване качеството на живот или средство за ограничена група спортисти?

Професионалната насоченост на леката атлетика, маркетинговата политика, интересите от страна на големите телевизионни компании за излъчване на атлетически прояви, неизбежно доведе до необходимостта от промяна.

През 2001 г. ИААФ прави изявление, че подготвя специализирана програма за деца, чиято цел е популяризирането на спорта по целия свят чрез предлагането на нова, достъпна и забавна форма. Програмата е представена за първи път през 2005 г. под наименованието „IAAF Kid's athletics“ („ИААФ Детска атлетика“). Тя цели достъпност до всички деца, независимо от двателните умения, както и равна възможност за изява в игрова, отборна форма.

Факт е, че ИААФ се стреми към някои изменения по отношение на леката атлетика, но не толкова такива, които да внесат промени в твърде консервативния състезателен спорт, а да я направят по достъпна и да приобщят огромната маса аматьорски спортуващи и ги направят част от една голяма атлетическа общност.



В последните години придобиват все по-широка популярност дисциплини, провеждани извън стадиона, свързани с бягането - шосейни бягания, планинско бягане, крос-кьнтри.

Крос-кьнтри бягането присъства в програмата на Съвременните олимпийски игри между 1904-1924 г. След това състезанията в тези дисциплини са преустановени. Причината, която се изтъква е топлото време и тежкото изпитание, на което са подложени спортистите.

Днес на международната състезателна сцена крос-кьнтри има сериозно присъствие.

Състезанията по крос-кьнтри се провеждат на естествени терени (трева, земя), но се използват и преднамерено поставени препятствия - дървета, камъни, изкуствени водни пространства и др.

Шосейни бягания - road running

Това са състезания в дългите бягания, които набират популярност в последните години и стават все по-комерсиални. По света има много спортисти, които печелят пари от състезания на шосе на различни дистанции. Разбира се най-популярно и масово е маратонското бягане - 42,195 км - дисциплина, приета за своеобразна класика и еталон в дългите бягания. В бягането на шосе на различни разстояния се организират официални състезания, в някои дори световни първенства, а маратонът (както и спортното ходене) са включени в програмата на Олимпийските игри и световните шампионати и са единствените състезания, провеждащи се извън стадиона.

Ултрамаратон или ultrarunning са надпревари, които са по силите на малцина и са на дистанция по-голяма от тази на класическия маратон. Състезанията често са на етапи и се провеждат в неимоверно тежки условия. Надпревари на ултрадълги дистанции се организират на всевъзможни места - 24-часова надпревара в Намибия, ултрамаратон в Сибир, Бедуотър (стартира в Долината на смъртта в Калифорния), а в Европа най-популярни са обиколката на Монблан, Спартатлон - от Атина до Спарта и мн. др.

Най-често изискването в състезанията на свръхдълги дистанции е преодоляването на голяма денивелация в планински условия.

Планинско бягане (Mountain running)

Практикуването на бягане в планински условия е особено популярно през последните години.

WMRA (World Mountain Running Association) е органът, контролиращ организираната спортно-състезателна дейност по планинско бягане. От 2003 г. IAAF признава WMRA като асоциация, отговорна за състезателния правилник и календара на проявите по планинско бягане и я прави свой асоцииран член.



Трейл бягане (trail running) са пробези, провеждани на пресечен терен, обикновено в ниската част на планината. Кратка е историята на тази разновидност на бягането като организирана спортна дейност и по тази причина състезанията в световен мащаб тепърва набират известност.

Кратка историческа справка за появата и развитието на леката атлетика в България

В началото на XIX век в България са се състояли някои съревнования, включващи лекоатлетически дисциплини, но тъй като провеждането им е стихийно и неофициално е необходимо да минат години, за да се даде началото на организираната спортносъстезателна дейност в България по лека атлетика.

През 1923 г. е учреден БОК (Български олимпийски комитет), а на 24-25 май 1924 г. на столичния хиподром се провеждат т. нар. Атлетически олимпийски игри за определяне на съставите на България за Олимпиадата в Париж. Оттогава датират и първите официални държавни рекорди.

Официално за година на „раждане“ на леката атлетика в България се счита 1924 г. За Олимпийските игри в Париж заминават четирима български атлети – Кирил Петрунов, Антон Цветанов, Васил Венков и Александър Карастоянов. Това са имената на първите българи, участници в официална международна проява по лека атлетика.

С днешна дата български атлети са носители на титли и медали с най-високо качество.

През 70-те и 80-те години на миналия век Йорданка Христова, Йорданка Благоева, Светла Златева, Мария Вергова-Петкова, Николина Щерева и др. доминират в своите дисциплини в световния елит. Впоследните две десетилетия на 20-ти век България има атлети като Христо Марков, Стефка Костадинова, Йорданка Донкова, Гинка Загорчева и др., които постигат уникални успехи, печелейки титли и медали от големи първенства.

Към днешна дата „български“ е един световен рекорд – на Стефка Костадинова в скока на височина – 209 см.

ЛЕКА АТЛЕТИКА В СОФИЙСКИЯ УНИВЕРСИТЕТ

Леката атлетика е един от спортовете, въведени в учебната програма на студентската младеж още с основаването на катедра „Физическо възпитание“ в Алма Матер през 1949 г.

Историята 1949-1960

Първоначално работа в катедрата започват петима преподаватели – Иван Цветанов, Любка Иванова, Нено Йонев, Любица Пондева и Драган Господинов, които провеждат занимания в три вида спорт - лека атлетика, гимнастика и плуване.

През годините в заниманията по физическо възпитание за студенти различните лекоатлетически дисциплини се изучават неизменно, като формата

на упражняване на спорта търпи промени от миналото до наши дни.

Имената 1960-1994

Много значими личности от сферата на спорта оставят знак в историята на най-старото висше училище, било то с успехите на спортното поле или като преподаватели.

На челна позиция в тази импровизирана „класация“ на имена, следва да бъде отбелязано това на уникалната атлетка Диана Йоргова, бивша възпитаничка на Университета, която донася на България сребро на скок дължина от Олимпийските игри в Мюнхен през 1972 г.

Кадър на Алма Матер е и друга видна българска атлетка от близкото минало - Светла Златева, бивша световна рекордьорка в средните бягания.

Сред преподавателите по физическо възпитание и спорт в Софийския университет личат имената не само на отлични педагози, но и на изяви състезатели по лека атлетика.

Красноречиво говорят за качества имената на атлети като доц. Димитър Хлебаров, Снежана Керкова, Елена Занкина, доц. Теменужка Шабанска, проф. Иван Иванов, които през различни периоди след 1950 г. работят като редовни или хонорувани преподаватели в катедрата.

Доц. Темежужка Шабанска е един от първите ръководители на катедра „Спорт“ в Университета. Изключителен специалист, с дългогодишен опит като съдия по лека атлетика от световен мащаб, доц. Шабанска внася своя принос за качествена педагогическа работа в студентския спорт. Нейното име е свързано не само с научната, но и с публицистика и издателство.

Доц. Димитър Хлебаров е един от най-титлуваните спортисти в страната ни през 60-70-те години на миналия век. Забележителни са неговите успехи както в спортната, така и в преподавателската дейност. Димитър Хлебаров е заслужил майстор на спорта, заслужил треньор, спортист на България за 1961 г. и дългогодишен ръководител на катедра „Спорт“ в Алма Матер. Доц. Хлебаров е първият българин, преминал границата от 4 м в овчарския скок, първият започнал скокове с прът от фибростъкло и „довел“ националния рекорд в дисциплината до 4,96 м.

Елена Занкина е една от именитите български спортистки, работила като преподавател в Софийския университет. По времето през което се състезава тя прави поправки на държавните рекорди на 80 м с препятствия, 100 м и скок на дължина. Занкина печели титла в скока на дължина на Балканското първенство по лека атлетика през 1957 г. в Атина, с което приключва състезателната и кариера.

Елена Занкина е преподавател по спорт и треньор на представителните отбори по спринт и скокове на университета в периода 1950-1985 г.

Занкина и Хлебаров са двама от първите осем български спортисти, удостоени със званието Заслужил майстор на спорта.

Снежана Керкова е сребърна медалистка от първия световен студентски форум – лятната Универсиада в Торино през 1959 г. Керкова се изкачва на второ място на почетната стълбичка в дисциплината 80 м с препятствия с резултат 11,4 сек. Впоследствие, след прекратяване на кариерата си работи за кратко като преподавател в катедра спорт на СУ.

Проф. Иван Иванов работи като хоноруван преподавател в по-късно преструктурираното в Департамент по спорт звено, отговарящо за физическото развитие на студентската младеж в СУ.

Проф. Иванов е с дългогодишен опит в работата със студенти. Ръководител е на катедра в друго столично висше училище, а след пенсионирането си започва работа в СУ като преподавател на хонорар през 2006 г. Проф. Иванов е един от най-успешните български състезатели в скока на дължина от минало, със сериозен опит в треньорската професия. Печели бронзов медал от Универсиадата в София през 1961 г. на скок дължина. През същата година става балкански шампион на Балканиадата в Белград с постижение 7,53 м, с което подобрява националния рекорд в дисциплината. Работата на проф. Иванов в Департамента по спорт на СУ допринесе изключително много за качеството на обучението на студентите, сред които той се ползва със завиден респект. С академическия си опит е ценен и в научната работа.

Заради изключителните качества на Филип Войводов, Александър Ченгер, доц. Димитър Хлеббаров, а по-късно и включването на Марин Кръстев, през периода 1960-1994 г. Софийският университет има не само забележителен атлетически отбор, а е създадена стройна учебно-тренировъчна система, включваща лагер-сборове, участие в множество спортни състезания и прояви.

Благодарение на изрядно събирана и водена документация за дейността на отборите по лека атлетика на СУ от Александър Ченгер, днес имаме исторически и статистически сведения за спорта през периода 1966-1994 г.

В хронологичен план леката атлетика като спорт преди 1991 г. съществува основно като занимания по спортно усъвършенстване. Преподаватели, подготвяли отборите на СУ в периода 1960-1994 г са Филип Войводов, доц. Димитър Хлеббаров, Александър Ченгер, а от 1988 г. и Марин Кръстев. Тук може да се отбележат имената на студенти, национални състезатели по лека атлетика по онова време: многобойката Емилия Миразчийска (ГГФ), Румяна Бойчева (ЮФ) и настоящият бизнесмен Красимир Дачев (ЮФ).

В никъкъв случай не трябва да се пренебрегва фактът, че дълги години в Алма Матер леката атлетика бе задължителна спортна дисциплина в общия учебен план на всички факултети.

Педагозите, работили през този период организират и ръководят представителен отбор мъже и жени, в който през годините се включват именити атлети от национален мащаб. Това, разбира се, са години, в които спортът е един от приоритетите на държавата. Висшите училища разполагат с достатъчно средства, за да обезпечат участие на атлетите в лагер-сборове, състезания в страната и зад граница.

Щатният преподавател до 1990 г. Ал. Ченгер, е основен „двигател” на атлетическия тим. Ченгер е майстор на спорта по плуване, който селектира и предвожда организационната дейност на представителния отбор по лека атлетика и по специално този в бяганията.

Промяната
1990

Предвид повишените изисквания в работата на висшите училища, новите тенденции в спорта и не на последно място липсата на адекватна материална база за студентски спорт, през 1990/1991 уч. г. са организирани първите учебни групи по джогинг. През този период съществува тенденция физическото възпитание в Алма Матер да отпадне като дисциплина от учебната програма и е крайно наложително да бъдат взети спешни мерки. Ръководител на катедрата тогава е доц. Хлебаров. Под негово ръководство се извършва структурна промяна, като се въвеждат профилирани групи по спорт, по-атрактивни по форма и съдържание. По това време в България придобива популярност джогингът, като двигателна дейност и средство за подобряване на кондицията. Така започва сформиранието на групи по джогинг за студентите, а дисциплините на леката атлетика се практикуват под формата на спортно усъвършенстване за представителните отбори на СУ.

В първите години на новия век стремежът на преподавателите по лека атлетика е на наличната материална база да се възобновят заниманията по лека атлетика. Днес успешно се провеждат както занимания с бягане за издръжливост и кондиция, така и тренировки за начинаещи студенти, в които се изучават основите на някои атлетически дисциплини - скокове, спринт, препятствени и щафетни бягания и др.

Трудностите
1990-2013

Първите години след политическите събития през 1989 г., довели до падане на комунистическия режим в страната са белязани от много промени, които неминуемо дават отражение на университетското образование и спорт.

През 1991 г. Катедрата по физическо възпитание е преименувана на Университетски спортен център (УСЦ). През 2001 г. новосъздаденият Департамент по спорт се реструктурира и днес той се състои от две катедри „Индивидуални спортове и рекреация” и „Спортни игри и планински спортове”.

Днес преподавателите по спорт в СУ ”Св. Климент Охридски” се сблъскват с много трудности в работата си – липса на материална база, недостиг на средства, необходими за пособия за нормалното провеждане на заниманието по спорт, финансово обезпечаване на представителните отбори, няколкогодишно нефункциониране на Асоциацията за университетски спорт и др.

Въпреки недостатъците в Софийския университет всяка година се сформират достатъчно групи по лека атлетика и кондиционна подготовка, а представителният отбор по лека атлетика на Алма Матер неизбежно е сред най-силните в страната.

Заслужава да бъдат отбелязани имената на някои възпитаници на СУ, които в последните години успешно съчетават учението и спорта: Борислав Борисов – многократен държавен шампион по многобой, Николай Христов - шампион на България на 800 и 1500 м, Радина Миндева – държавна шампионка на скок дължина, братята Вевелин и Мартин Живкови – едни от най-бързите мъже в България, Йордан Гюров – шампион на България в спринта, Виктория

Георгиева – една от най-бързите българки и много други. Някои от тези отлични спортисти все още са студенти, други реализирани специалисти в професията си.

През 2021 г студентът от ФЖМК Християн Стоянов спечели сребърен медал от Параолимпийските игри в Токио в дисциплината 1500 м. Християн е и световен шампион по лека атлетика за хора с увреждания, (1500 м).

Днес всички студенти от СУ, независимо от тяхната специалност или курс имат възможност да изберат спорт и да го практикуват безплатно основно в две форми:

- Спортно-профилирани групи;
- Спортно усъвършенстване.

Автономията на факултетите обаче дава възможност за избор относно това дали спортът да бъде включен в програмата на дадена специалност като задължителна или факултативна форма.

Законът за физическото възпитание и спорт („Държавен вестник”, бр. 58, 1996г.), гласи, че „Физическото възпитание и спорт във висшите училища са неразделна част от обучението на студентите под формата на задължителни и факултативни занимания с минимален хорариум на задължителните занимания от 240 часа за образователно-квалификационна степен „Бакалавър” и 180 ч. за образователно-квалификационна степен „Специалист по...”

Преподавателите по спорт се стремят и в ненормалните условия на Ковид пандемия да предоставят възможност на студентите за спорт и са убедени, че физическата активност е задължително условие за съхраняване и подобряване здравния статус на нацията.

Преподавателите по лека атлетика използват различни технологични подходи, за да провеждат и упражняват контрол върху спортната дейност на студентите от СУ – включително рзлични приложения, виртуален треньор, презентации, доклади и др.