



## РОЛЯТА НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТА В СИСТЕМАТА НА ВИСШЕТО ОБРАЗОВАНИЕ

Венелина Цветкова

Защо е необходимо студентите да практикуват и изучават спорт?

Как се осъществява дейността?

Какви са ползите?

Това са една част от въпросите, които вълнуват студентите, търсеци ролята и значението на дисциплината „Спорт“ в техния бит. Настоящата лекция е базирана на основни международни харти и конвенции в областта на спорта и цели внасяне на яснота за мястото на физическото възпитание и спортните дейности във висшето образование.

*„Спортът е част от наследството на всички хора, мъже и жени, и нищо не може да запълни липсата му.“ – Пиер дьо Кубертен*

Ролята на телесната култура в бита на хората е съществена от древността – в Египет се свързва с военното възпитание, в Индия с учението на йогите, в Китай със системата за обучение в манастирите и достигане на просветление и хармония, в Елада (Гърция) със създаването на хармония между нравственото и естетичното у човека (калокагатия), а в Древен Рим – с изграждането на легиони и гладиаторски борби.

Развитието на телесната култура в Стария свят се свързва с изграждане на **идеята за съвършенството на човешката личност и важната роля за неговата двигателна активност.**

В капиталистическото общество основните цели на телесното възпитание се основават на схващането за универсално възпитание, така както древните гърци са изградили своя идеал наречен **Калокагатия** (калос – красив, и агатос – нравствено добродетелен, човеколюбив). Това е повлияно от възстановените антични духовни ценности благодарение на Ренесанса и Хуманизма. Девизът *„Здрав дух в здраво тяло“* присъства във всички европейски системи за телесно възпитание и ясно подчертава общия стремеж.



## ЗАЩО ИЗУЧАВАМЕ ДИСЦИПЛИНАТА „СПОРТ“?

„Международна харта за физическото възпитание и спорт“ е приета на Генерална конференция на Организация на обединените нации за образование, наука и култура (ЮНЕСКО) по време на XX сесия през 1978 г. в Париж и дава пълна представа за мястото и ролята на физическата активност в образователната сфера и бита на хората:

***„Всяко човешко същество има основно право на достъп до физическо възпитание и спорт, които са важни за цялостното развитие на неговата личност.“***

Според „Хартата“ физическото възпитание и спортът са съществен елемент от възпитанието на индивида в рамките на цялостната образователна система, развивайки способностите, силата на волята и самодисциплината на всеки човешки индивид в качеството му на пълно интегриран член на обществото. Всяка глобална образователна система трябва да отдели нужното място и значение на физическото възпитание и спорта, за да се установи баланс и усиление на връзките между физическите дейности и другите компоненти на образованието.

Запазването и развитието на физическия, интелектуалния и нравствения потенциал на индивида подобряват качеството на живот на национално и международно равнище.

„Хартата“ подчертава ролята на националните институции, приемайки законодателна и нормативна база за насърчаване, стимулиране и контрол на двигателната дейност в образователната система. Създаването на необходимите условия за системно практикуване на физически упражнения и спорт, както и за издигане на спортния престиж на нацията – приоритетно направление от социалната политика на държавата и общините.

В Р България физическата активност, физическото възпитание и спортът във висшите училища са част от обучението на студентите под формата на задължителни и факултативни занимания с минимален хорариум на задължителните занимания от 60 часа годишно за студентите, които се обучават за придобиване на образователно-квалификационната степен



"бакалавър" или образователно-квалификационната степен "магистър" (Закон за физическото възпитание и спорта, чл. 57.).

В Резолюция (2007/2086(INI) на Европейския парламент от 13 ноември 2007 г. относно ролята на спорта в образованието се подчертава, че **физическото възпитание и спортът са единствените учебни дисциплини, които целят да подготвят хората за здравословен начин на живот**, за преодоляването на нездравословните практики и са насочени към цялостно физическо и душевно развитие.

„Бялата книга за спорта“ дефинира ролята на спорта в образованието и обучението – подсилва човешкия капитал на Европа. Ценностите, които се предават чрез спорта, помагат за развитието на знанията, мотивацията, уменията и готовността за полагане на лични усилия. Времето, прекарано в спортни дейности в университетска среда оказва благоприятно въздействие върху здравето и образованието, като това въздействие трябва да се увеличава.

## КАКВО Е СПОРТ?

Европейската харта за спорта (1992 г.) дава законно определение на понятието спорт:

***„Спорт“ означава всяка форма на физическа дейност, която чрез случайно или организирано участие има за цел изразяване или подобряване на физическата дееспособност и душевното благосъстояние, формиране на социални отношения или постигане на резултати в съревнованията на всички равнища.***

А, законът за физическото възпитание и спорта в Р България дефинира основните **функции** на физическата активност, физическото възпитание, спортът и спортно-туристическата дейност – **образователни, здравни, социални, културни и възстановителни.** (чл. 4.)

## КАК СЕ ОСЪЩЕСТВЯВА ОБРАЗОВАТЕЛНИЯТ ПРОЦЕС ПО СПОРТ?

Обучението по физическо възпитание и спорт в системата на висшето образование се осъществява чрез **програми**, които отговарят на изискванията и индивидуалните характеристики на практикуващите студенти. Учебните програми се изготвят съобразно институционалните, културните, общественно-



икономическите, климатичните условия в Р България и по силата на своето съдържание помагат процеса на формиране на знания, умения, навици и модели на поведение, водещи към пълноценно развитие на човешката личност. Подобавачо място в учебните програми имат възпитателните дейности, които се базират на ценностите на спорта и положителните резултати от връзките между спорта, обществото и културата.

Обучението, тренировките и администрирането на физическото възпитание и спорта в СУ „Св. Климент Охридски“ се извършва от **квалифицирани кадри**, които са предварително подготвени и допълнително обучени до необходимото равнище на специализация.

**Оценяването и научните изследвания** са съществени компоненти от развитието на физическото възпитание и спорта, допринасяйки за всички форми на спортуване, подобряването на здравето и безопасността на участниците, методите на обучение и организация на учебния процес. По този начин образователният процес се облагодателства от нововъведенията в интерес на по-добро обучение и изява на студентите. Нужен е обменът на информация за резултатите от научни изследвания и анализи относно експерименти, дейности и програми. Събирането, осигуряването, разпространението, анализирането на информация и документация е закономерна и необходима дейност.

## КАКЪВ Е ЕФЕКТЪТ?

Олимпийската идея за физическото възпитание и спорт като неизменна част от хармоничното развитие на личността и издигането на единството между спорта и образованието като културна ценност, намира израз в редица харти и конвенции в областта на спорта.

На *индивидуално равнище* физическото възпитание и спортът допринасят за:

- поддържането и подобряването на здравето;
- осигуряват полезна заетост в свободното време;
- позволяват на студента да преодолее недостатъците на съвременния начин на живот,
- възможност за самоопознаване, изява, постигане на разцвет;
- придобиване на знания, умения и навици за физически упражнения и спорт;



- източник на удоволствие и самочувствие.

На *равнище общност*, физическото възпитание и спортът подобряват социалните отношения и възпитават във феърплей, което е съществено не само за спорта, но и за живота в обществото. Създават се условия и възможности за социални контакти, чрез които могат да се придобият знания, умения и нагласи, необходими за пълноценно участие в гражданското общество.

На *международно равнище*, всички хора сътрудничат, преследвайки общи интереси за физическото възпитание и спорта като допринасят за запазване на траен мир, взаимно уважение и приятелство, популяризиране и стимулиране на човешкото развитие в тази област, създаване на благоприятен климат при решаване на международни проблеми. Неслучайно, през 2013 г. ЮНЕСКО определи 6 април за дата, на която се отбелязва Международният ден на спорта за мир устойчиво развитие.

*„Във всяко общество спортът е област на мечти и средство за положителна социална промяна, затова трябва да направим всичко възможно, за да използваме силата му.“* – Ирина Бокова

Спортът е универсален елемент във всички култури. А какво е култура?

*Културата е всичко. Културата е начина, по който се обличаме, начина, по който държим главите си, начина, по който вървим, начина, по който завързваме вратовръзката си. Тя не е само писане на книги или строене на къщи.“* – Еме Сезер

Уважаеми студенти от СУ „Св. Климент Охридски“, основна мисия на преподавателите в Департамента по спорт е **създаването на култура за физическо възпитание и спорт**. Световната здравна организация препоръчва за лица от 18 до 64 години минимум 30 минути физическа активност с умерена интензивност 5 пъти седмично; или поне 25 минути с висока интензивност 3 пъти седмично. Участвайки в практическите занимания по спорт веднъж седмично, Вие решавате само една част от необходимата седмична двигателна активност, за да сте здрави. Съобразно изискванията на висшето образование и наличието на извънаудиторна заетост, **другата част седмична двигателна активност е обект на самоподготовка и въпрос на ваш личен избор**. Вие избирате да сте здрави, пълноценни, мислещи, образовани, успешни, отговорни, дисциплинирани, проактивни, щастливи, инициативни личности! Спортът ще ви съдейства!



## ВЪПРОСИ ЗА КОНТРОЛ НА ЗНАНИЯТА

1. Кои са основните функции на физическото възпитание и спорт?
2. Какво е спорт?
3. В кой международен документ можем да намерим определението за спорт?
4. Защо е необходима дисциплината „Спорт“ в образователната сфера?
5. Каква е международната роля на физическото възпитание и спорта?
6. Какви са ползите за личността след системно упражняване на физическо възпитание и спорт?
7. Какви са ползите от физическото възпитание и спорта на равнище общност?

## ИЗТОЧНИЦИ:

1. Бяла книга за спорта. Европейска комисия (2007 г.);
2. Европейска харта за спорта. Съвет на Европа (1992 г.);
3. Европейска харта за спорта за всички. Съвет на Европа (1976 г.);
4. Закон за физическото възпитание и спорта, 2019 г.;
5. Кодекс на спортната етика. Съвет на Европа (2010 г.);
6. Международна харта за физическо възпитание и спорт. ЮНЕСКО (1978 г.);
7. Митев, Л. Сборник учебни материали. История на телесната култура. НСА „Васил Левски“, София, 2018 г.;
8. Олимпийска харта. МОК (2004 г.).
9. Global recommendations on Physical activity for health. World health organization, 2010, ISBN: 9789241599979.