

ЕДИН АКТУАЛЕН ПРОБЛЕМ, ИМАЩ НАЦИОНАЛНО ЗНАЧЕНИЕ В ПОДГОТОВКАТА НА СПОРТНИТЕ КАДРИ И МЯСТОТО НА ЛЕКАТА АТЛЕТИКА В НЕГО

проф. Михаил Бъчваров, гнн, гоц. Апостол Славчев, доктор,
гоц. Бисер Цолов, доктор, Йордан Иванов, доктор

ONE PRESSING PROBLEM WITH NATIONAL IMPORTANCE IN PREPARATION OF SPORT PERSONNEL AND THE PLACE OF ATHLETICS IN IT

Prof. Michail Bachvarov, DSc., Assoc. prof. Apostol Slavchev, PhD,
Assoc. prof. Biser Tscolov, PhD, Yordan Ivanov, PhD

Keywords: „Hypodynamics“, „Sport for all“, „Sport Personnel“, „Athletics for Life“

The sports for health, vitality and workability is one of the most important social areas of sports as historically proved universal phenomenon. The necessity of sporting for health and vitality in the contemporary conditions of living is getting more and more pressing for the Bulgarian population, because of the threateningly increase of mortality, caused by cardiovascular diseases and the lowering of their age border. One of the causes, limiting the sport for health and vitality for life is the relatively narrow educational moments in this direction in the process of physical education. The preparation of sport personnel (teachers, coaches and instructors), as well as the efforts of the medias means should be aimed with priority at the problems of the sport for health and vitality. Very important place in the practical solving of the problem is the change of the aims and didactic approaches of teaching of the athletics subject in NSA. The motto of the track and field teaching should be „Athletics for life!“

Хиподинамията е един от най-големите бичове на съвременния човек и в частност на българското общество. Тя се отразява негативно върху кръвообращението, мускулната, ендокринната и дихателната системи. Заедно с мютлюнопушенето, прекомерната употреба на алкохол и нездравословното хранене, тя е рисков фактор за здравето и жизнеността на всеки човек и всяка нация.

В системата на спорта у нас съществуват основно четири сфери, които бихме могли да кажем, че имат различна социална, държавна и академична „тежест“ в съзнанието на хората и различна финансова осигуреност.

Първата сфера това е състезателният (аматьорски и професионален) спорт, за който не трябва да се доказва, че държавата, обществените спортни организации и бизнесмените отделят големи капитали. По историческа традиция тази сфера има най-голямо значение за живота на хората от зрелищна, престижна и социално комуникативна гледна точка.

Втората сфера на спорта – това е физическото (телесно, спортно) възпитание. Основните цели на физическото възпитание от средновековието до днес са да подпомага физическото развитие на

погроставащите, да укрепва тяхното здраве и да развива и поддържа техните физически качества. Със средствата и методите на спорта физическото възпитание е и база за духовно, патриотично развитие на личността, чрез изграждане на нравствено-етични и морално-волеви черти в характера на обучаваните. Физическото възпитание като предмет, утвърдил се в Европа в средата на XIX век винаги се е обвързвало с определени образователни елементи. Сърцевината на тези елементи е знанието какво, как и защо човек трябва да спортува, т.е. да се занимава с физическо упражняване¹. Въпреки голямото социално-биологическо значение на физическото възпитание, сравнявайки финансовите ресурси, изразени във финанси и материална база от страна на държавата, бихме могли да кажем, че по социална и държавно-ведомствена значимост физическото възпитание е значително пог състезателния спорт.

¹ Под спортуване разбираме занимания с физически упражнения не само с цел участие в някакви спортни надпревари или официални състезания, но също така използване на спорта като фактор за здраве, телесна красота, жизненост и работоспособност, морална удовлетвореност и социализация на личността.

Трета сфера – професионално-приложните спортни занимания са свързани с трудовете особености на въоръжените сили (различни рогове армия, полиция, огнеборци), космонавти, охранители на държавни и частни фирми, артисти и др. Формите и организацията на спортните занимания в тази сфера са предмет на ведомствени или фирмени разпоредби и изисквания, лични или групови начинания да се спортува и др. Професионално-приложният спорт заимства форми, средства и методи от състезателния спорт и от физическото възпитание, но едновременно с това създава и специфични физически упражнения, свързани с особеностите на професията. Като цяло потребността и оценката от използването на спорта в тази сфера е в компетенциите на ръководствата на ведомствата и фирмите. Значимостта на тези спортни занимания е сведена предимно до професионалните изисквания и слабо комуникира с потребностите на обществото за здраве и жизненост.

Четвъртата сфера на спорта е „спорт за здраве, жизненост, красота, работоспособност, социализация и забава, т.е. спорт за всички. Това всъщност е една от най-важните общочовешки сфери на спорта, която различно се оценява в отделните страни. Според жизнените условия и социалните парадигми за спортуване в различните страни на света тази сфера е твърде разнородна. В страните с висок жизнен стандарт спортуването за здраве на населението от различни слоеве и възрасти все повече се превръща в неотменна черта от интелекта на хората. Целенасоченото ходене, бягане или упражняване на открито или в домашни условия, плуване, гребане, велосипедна езда, ски, тенис и др. спортни занимания са част от осъзнатия здравословен начин на живот на цялото население. В страните с по-нисък жизнен стандарт спортът за здраве, жизненост и работоспособност не може да бъде оценен като ясно осъзната социална и личностна потребност. В нашите социално-икономически условия спортът за всички се свързва предимно с кампанийни мероприятия – ходене и бягане за здраве, ски излети и др., организирани от обществени спортни структури (асоциации, сдружения, клубове). Финансовите средства за създаване и подобряване на материалната база, за уреди и пособия за масово спортуване на хората за здраве са крайно оскъдни и принципно са извън полезрението на общинските ръководства. Спортуването за здраве у нас в повечето случаи е личностно решение и като цяло се свързва с възможността човек да си купи спортен екип, уред или съоръжение за спортуване.

От друга страна, трябва определено да кажем, че в процеса по физическо възпитание образователните елементи, свързани с потребността човек да спортува за цял живот, ролята на масмедията и спортната литература в тази насока са крайно недостатъчни [2].

Ние твърдим, че образователните моменти за разширяването на сферата спорт за всички в процеса по физическо възпитание, ролята на масмедията има по-голямо значение, отколкото икономическите условия и материалната база.

В тази насока наши изследвания [2] показваха, че ограничителни моменти в спортуването на хората за здраве и жизненост могат да бъдат:

- Ниска спортна култура на хората в интелектуалните сфери.

- Пропуски в образователните структури при подготовката на спортните кадри (учители, треньори и инструктори) и тяхната изява в професионалните сфери.

- „Около нулева“ ориентация на масмедията към проблемите на спорта за здраве, жизненост и работоспособност за цял живот.

- Недостатъчни научни и научнопопулярни разработки в областта на спорта за всички.

- Ограничена, скъпа струваща материална база и организационно-икономически пречки за използване на спортните съоръжения и др.

Най-тревожният резултат от ограничителните моменти на знанието и практиката на спорта за здраве и жизненост е високата смъртност на българското население от сърдечносъдови заболявания, с която България е „шампион“ с голяма преднина пред развитите европейски страни [3, 4]. Една от основните причини е трикратно по-ниската двигателна активност на българското население в сравнение с европейските страни [1].

Очевидно подготовката на спортните кадри у нас във висшите училища и университетите следва да се обвърже по-силно с потребностите на спорта за здраве, жизненост и работоспособност. Обучаваните ученици и студенти да не бъдат само обект на физическо въздействие чрез различни спортни упражнения, но да се превръщат в субекти на спорта за здраве. Това ще рече, че в горните степени на българското училище, колежите и висшите училища знанието *да се спортува за цял живот* трябва да бъде особена образователна и практическа част от обучението. За съжаление това у нас не е така.

Известно е, че един от най-популярните и достъпни спортове за практикуване от хората без ограничение е леката атлетика. В тази връзка очевидно е, че именно и най-вече кат. „Лека атле-

тика“, заедно със сектор „Спорт за всички“ на НСА трябва да запълни празнината в подготовката на кадри за спорта за здраве и жизненост.

Какво трябва да се направи в тази насока?

1. Да се допълни предметната насоченост на обучението по леката атлетика във всички факултети на НСА по отношение на спорта за здраве и жизненост в програмно-методично отношение, като обучението се обвърже с контрола върху знанията и уменията на студентите.

2. Да се разработят модели за бегова, скокова и силова издръжливост в теоретичен и приложен план със средствата на леката атлетика за всички възрастови групи на българското население по формата на учебни помагала

3. Да се разработи достъпна и ефикасна система за самоконтрол на българското население върху физическата годност със средствата на леката атлетика.

4. Да се реализира периодична рубрика „Лека атлетика за всички“ в списанието на кат. „Лека атлетика“.

5. Да се увеличи дялът на научноизследователската дейност в областта на леката атлетика като средство за здраве и жизненост.

Заклучение

Спортът за здраве, жизненост и работоспособност е една от най-важните социални сфери на спорта като исторически утвърдил се общочовеш-

ки феномен. Потребността от спортуването за здраве и жизненост в съвременните условия на живеене става все по-актуална за българското население, поради застрашително нарастващата смъртност от сърдечносъдови заболявания и снижаване на тяхната възрастова граница. Една от причините, ограничаваща спортните занимания за здраве и жизненост за цял живот, са относително ограничените образователни моменти в тази насока в процеса по физическо възпитание. Подготовката на спортните кадри (учители, треньори и инструктори), както и усилията на масмедийните средства следва да бъдат в по-голяма степен ориентирани към проблемите на спорта за здраве и жизненост. Особено важно място в практическото решаване на проблема е промяна на целите и дидактическите подходи в преподаването на предмета лека атлетика в НСА. Мото на преподаването на леката атлетика следва да бъде – „Лека атлетика за цял живот!“

Литература

1. Анастасиадис, Е. и кол. Обзор на програмите „Спорт за всички“ в република Гърция през 2003-2003 година. – СН, № 6, 2004. 2. Бъчваров, М., Б. Цолов, Й. Иванов. Спортологични потребности на българското общество. – СН, № 1, 2005. 3. Мазнев, И., Д. Димитрова. Рискови фактори за развитието на сърдечносъдови заболявания при кадрови военслужещи в Българската армия. – СН, № 1, 2002. 4. Слънчев, П., П. Запрянов. Здраве и висока физическа дееспособност чрез спорт за всички. – СН, № 6, 1995.

Рецензент: проф. Петър Бонов, дпн

