

СЪЗДАВАНЕ НА АКТИВНИ УЧИЛИЩНИ ОБЩНОСТИ

За да се даде възможност на поколение ученици да упражняват своето човешко право да се ДВИЖАТ

Политическите препоръки популяризират модела „Активни училищни общности“ сред повече спортни клубове и училища, за да стимулират участието, както и да получат подкрепата на местни, национални и европейски политици.



АКТИВНИ УЧИЛИЩНИ ОБЩНОСТИ – МОДЕЛ ЗА ПАРТНЬОРСТВО



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Активната училищна общност ще работи най-ефективно, когато има силно сътрудничество между трима активни партньори – спортен клуб/организация, училище и община/местна власт, в която те се намират. Водещата роля трябва да се поеме от спортния клуб, чрез работа с училищата, установяване на контакти в общността и застъпничество пред местните власти, за да се стимулира въздействието на Активните училищни общности.



ПОЛЗИ ЗА ВАШАТА ОРГАНИЗАЦИЯ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

УЧИЛИЩЕ

- Училищата приемат модела „Активни училищни общности“ и развиват партньорства с местните спортни организации.
- Училищата осигуряват условия за включване на здравословно хранене и физическа активност чрез творчески подходи преди, по време и след училище.
- Училищата имат водеща роля в развитието на Активните училищни общности.
- Училища признават изключително важната роля на местните спортни организации като партньори в насърчаването на физическата активност.
- Училищата установяват, че здравето и физическата активност са важен елемент от редовните училищни дейности и са включени в стратегически план.
- Училищата насърчават участието в инициативи с включена физическа активност и организират различни събития.
- Училищата и спортните организации насърчават в местната общност активния начин на живот и дейностите, които се практикуват в училище или в спортната организация.

МЕСТНА ОБЩНОСТ

- Местната общност, училищата и спортните организации прилагат политики за физическа активност, като определят политиките и стандартите, свързани с участието във физическа активност, продължителността и съдържанието ѝ, използването на училищните площи и съоръжения, както по време, така и след учебните часове.
- (Вътрешен, външен) мониторинг и оценка на партньорството и дейностите се осъществява от всички партньори, участващи в Активни училищни общности.
- Местната общност подпомага училищната среда, която осигурява активен начин на живот чрез пешеходни пътеки около училище, подходящи съоръжения за игри и достъп до съоръжения за физическа активност.
- Местните общности инвестират в популяризирането на Активни училищни общности чрез ръчно изработени или направени в училище плакати, снимки, видеоклипове, изложби, пресконференции с местни агенции, специални събития, обучения и др.

СПОРТНА ОРГАНИЗАЦИЯ/ КЛУБ

- Спортните организации разбират и отговарят на училищните приоритети.
- Спортните организации предоставят на училищата обширни програми с дейности преди и след училище, включващи физическа активност като неразделна част.
- Спортните организации и училищата се грижат за разработването на програми за физическа активност за ученици с интелектуални и физически увреждания, които са потенциално най-застрашени от изолиране и недостатъчна физическа активност.
- Местната общност и училището инвестират в спортно оборудване (например топки, въжета, бухалки), които учениците могат да заемат и използват по време на почивка.

8 СЪПКИ ЗА ИЗГРАЖДАНЕ НА ПЛАН ЗА РАЗВИТИЕ НА АКТИВНИ УЧИЛИЩНИ ОБЩНОСТИ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

1

СЪЗДАВАНЕ НА ВИЗИЯ

2

АНГАЖИРАНост

3

СЪЗДАВАНЕ НА РЪКОВОДСТВО

4

**АНАЛИЗИРАНЕ НА ГРАДА,
КВАРТАЛИТЕ И ЦЕЛЕВИТЕ
ГРУПИ НА НАСЕЛЕНИЕТО**

5

**ДОПИТВАНЕ ДО ЖИТЕЛИТЕ И
ЗАИНТЕРЕСОВАНИТЕ СТРАНИ**

6

**ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ВЪЗМОЖНОСТИТЕ
И ПРЕЧКИТЕ**

7

**ОПРЕДЕЛЯНЕ НА СРЕДСТВАТА
И РЕСУРСИТЕ**

8

ПОСТАВЯНЕ НА ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

ФАКТОРИ ЗА УСПЕХ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Активните училищни общности трябва да имат три ключови елемента:

1

АКТИВНО ПАРТНЬОРСТВО В МЕСТНИТЕ ОБЩНОСТИ

2

АКТИВНО ГРАЖДАНСКО УЧАСТИЕ В МЕСТНИТЕ ОБЩНОСТИ

3

АКТИВЕН РАБОТЕН ЕКИП В МЕСТНИТЕ ОБЩНОСТИ

1) АКТИВНО ПАРТНЬОРСТВО В МЕСТНИТЕ ОБЩНОСТИ

За да се увеличи физическата активност и да се подобри здравето и благосъстоянието на младите хора е необходимо да се създадат устойчиви партньорства между училищата и спортните организации от местната общност.

Партньорствата в местните общности ще бъдат ефективни, ако има назначен координатор, споделена стратегическа визия и ясно заложен цели. Чрез съвместна работа партньорството ще изработи и представи план за подобряване на местните възможности за участие във физическата активност.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Това ще включва:

- устойчив ангажимент към плана от страна на всички партньори
- яснота относно отговорностите, съвместните права и задължения между местната общност, училището и спортните организации
- осигуряване на финансови, човешки и други ресурси за изпълнение
- установяване и осъществяване на по-нататъшно сътрудничество и управление на локална мрежа чрез обединени усилия на всички заинтересовани страни да увеличат предлагането на участие в физическата активност
- определяне кой ще бъде отговорен за изграждането на партньорства между различните заинтересовани страни

2) АКТИВНО ГРАЖДАНСКО УЧАСТИЕ В МЕСТНИТЕ ОБЩНОСТИ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Местните общности (общини, училища и спортни организации) трябва да изградят своя капацитет чрез комбиниран подход, който включва изграждане на мрежи, политически ангажименти, поемане на отговорности, изграждане на умения и обучение на професионалисти и доброволци чрез:

- съобщаване за необходимостта от промяна на поведението, за да се увеличи физическата активност и да се подкрепят децата, родителите, учителите, треньорите, за да направят необходимите промени за постигането на това
- насърчаване, активно участие и разрешаване на представители от организации като сдружения на родители и учители и училищни съвети, да допринесат за плана за развитие на физическа активност в общността
- подобряване на ефикасността и ефективността на планиране чрез консултиране на млади хора и родители, техния предпочитан вид физическа активност и споделяне на тази информация с местните спортни клубове
- разработване на програми за обучение, методологии и работни инструменти за изпълнение на плана за развитие на общността
- създаване на „безопасна“ учебна среда, която да подкрепя партньорите при отбелязването и надграждането на техните успехи, както и да определя причините за липсата на напредък
- възможности за предаването на добри практики от други общности
- поставяне на хората на първо място, като ги направят отговорни за ясно определени роли, както и предприемането на активни стъпки за подобряване на живота на младите хора, особено тези в социално и икономическо неравностойно положение
- изграждане на капацитета на училищата и спортните организации да работят по-добре и по-открито за своите общности, като използват комбиниран подход, който включва изграждане на мрежи и обучения за професионалисти и доброволци за развитие на Активни училищни общности
- организиране на специални мероприятия, демонстрации и социални събития с родители, учители и фестивали, с участието на заинтересованите страни през учебна година. Инициативите трябва да включват физическа активност, забавни игри, музикално-танцови изяви, приемане на освежаващи напитки, плодове и зеленчуци, мултикултурни кулинарни събития и др.

3) АКТИВЕН РАБОТЕН ЕКИП В МЕСТНИТЕ ОБЩНОСТИ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Ангажираността и уменията на екипа (спортен клуб и училище), който ще бъде въввлечен, са от съществено значение за успешното изпълнение и устойчивостта на програмата. Това може да бъде постигнато чрез:

- планиране и координиране на работната сила, за да се гарантира, че целият екип е ангажиран в насърчаването на по-голяма физическа активност и реалното осъществяване (включително учители, помощен персонал, директори, треньори, родители и т.н.)
- възприемане на училището като активно работно място
- допълнително образование/обучение и срещи за учители и треньори на местно ниво.
- разработване на устойчива програма, която да служи за образец на учителите и да подкрепя ангажираността и дейностите
- разширяване на работния екип чрез обучение на по-големите ученици като лидери за разработване и предоставяне на дейности на своите връстници и по-млади ученици
- обучение на учениците да използват безопасно и правилно оборудването на спортната площадка
- предоставяне на възможност за изразяване от страна на учениците: това означава консултиране на учениците на всички нива по въпроси, свързани с физическата активност, определяне на възможните пречки за участие и предлагане на възможни промени за увеличаване и поддържане на участието

РЕЗЮМЕ НА ПРОЕКТА

Тези препоръки се основават на резултатите от двугодишния проект „Активни училищни общности“, който има за цел да се справи със сериозния проблем за нарастващия брой физически неактивните млади хора (Виж раздел „ПРОИЗХОД НА ПРОБЛЕМА“), като обедини училищата и местните спортни клубове, за да се превърнат училищата в по-привлекателни места за практикуване на физическа активност за всички млади хора. В проекта взеха участие повече от 20 различни експерти от 10 европейски страни. Очертаха се следните ключови етапи на дейност:

1

Изследване и оценка на най-добрите практики в Европа

2

Разработване на приложим наръчник за подпомагане на спортните клубове да ангажират ефективно училищата

3

Обучителни семинари за представяне на наръчника на разпространителите, които въведоха пилотното му издание в избрани училища в цяла Европа

4

Пилотно тестване на наръчника в седем европейски държави за подобряване и осигуряване на приложимостта му

5

Оценка на резултатите от пилотното изпълнение

6

Създаване на стратегия за разпространение и застъпничество, за да може наръчникът да достигне до спортни клубове и училища в цяла Европа и света



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Политическите препоръки имат за цел да популяризират модела „Активни училищни общности“ сред повече спортни клубове и училища, за да се стимулира участието и да получат подкрепата на местни, национални и европейски политици.

Пилотната фаза на проекта „Активни училищни общности“ постигна изключително положителни резултати. Изпълнението на проекта и оценката на наръчника бяха реализирани в над 30 места в седем страни, вариращи от големи градове до малки общини.

Първоначалната обратна връзка показва, че над 4000 деца са участвали в повече от 200 отделни занимания на Активни училищни общности, вариращи от 45 до 180 минути на седмица. Наръчникът беше признат като ценен инструмент за подпомагане на по-добрата комуникация с училищата. Наръчникът е достъпен онлайн, за да се насърчи участието в Активни училищни общности в цяла Европа и света. Той може да бъде използван и като образец за създаване на наръчници в подкрепа на други проекти.

ПРОИЗХОД НА ПРОБЛЕМА

Липсата на физическа активност се увеличава в Европа и света както при възрастни, така и при деца. Само един на всеки трима възрастни или деца отговаря на препоръчителните нива на Световната здравна организация (СЗО, 2015). Делът на неактивните деца нараства, въпреки че липсата на физическа активност е четвъртият водещ рисков фактор за преждевременната смърт и развитието на хронични незаразни заболявания (СЗО, 2010). Училищната среда е от основно значение за изграждането на здравословни навици, чрез които да се увеличи нивото на физическата активност в общността. Създаването на положителна промяна в началното училище и по-широката обществена среда изисква подкрепа от редица участници от различни сектори и изисква цялостен подход.

Също така се изисква тези участници да вземат под внимание различните видове организации, които могат да изиграят важна роля в оказването на влияние върху училищната спортна програма. Предвид възможността да работят в училище, обществените спортни организации могат да обединят своите мрежи и ресурси, за да създадат по-голямо въздействие.

Обществените спортни организации/клубове и училищата могат да се справят с намаляването нивата на физическата активност и да осигурят подходящи условия за нейното практикуване, особено ако работят в партньорство.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Световната здравна организация и Европейската комисия препоръчват на младите хора в училище да участват ежедневно в 60 или повече минути умерена до интензивна физическа активност, под форма, която е подходяща за тяхното развитие, забавна е и включва разнообразни елементи.



Като се постареем да превърнем физическата активност в положително преживяване, което може да присъства в нашето ежедневие, ние го правим предпочитано занимание, а не бреме. Като се фокусираме върху децата, ние можем да се постареем да им осигурим живот, изпълнен с положителни преживявания, което ще им помогне в по-късен етап на развитие.

*The Economic Cost of Physical Inactivity in Europe
recommendation (ISCA/Cebr, 2015)*

ДОПЪЛНИТЕЛНА ИНФОРМАЦИЯ И РЕСУРСИ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

- Research from the Transfer Center for Neurosciences and Learning, Ulm, 2017. www.znl-ulm.de
- Lundvall, S. Physical literacy in the field of physical education – A challenge and a possibility, *Journal of Sport and Health Science*, 2015; vol. 4, issue 2: 113-118
- UNESCO's "International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport", Declaration of Berlin (adopted by MINEPS V in 2013) and Kazan Action Plan (adopted by MINEPS VI in 2017). www.unesco.org
- Schäfer Elinder Nelleke Heinemans, L., and all., A participatory and capacity-building approach to healthy eating and physical activity–SCIP-school: a 2-year controlled trial, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2012, 9: 145.
- Active School Community toolkit www.activeschoolcommunities.eu/
- The Economic Cost of Physical Inactivity in Europe recommendation (ISCA/Cebr, 2015). <http://inactivity-time-bomb.nowwemove.com/>