

Възможности за оптимизиране на програмата на IAAF Kids' Athletics

Ас. Ивайло Лазаров, доктор, Димитър Тасев,

Ключови думи: детска лека атлетика, ИААФ

Оптимизирането на Kids' Athletics има за цел да повиши възможностите за провеждането на програмата. Основните насоки за това са: състезанието да се провежда на открито, при това на затревен терен; отборите да са по-малко на брой, но с повече участници, като средната им възраст да е задължително еднаква; съдии да са по-млади, за да имат по-добра комуникация с децата; повече щафетни игри (Формула 1 и биатлон); определянето на отборите да става непосредствено преди загряването.

Key words: kids athletics, IAAF

Optimize of Kids' Athletics has purpose to increase possibilities to realizing the program. The main directions are: competition to be in open, in grass; low number teams, but with more competitors, in equal middle age; younger judges for better communications with kids; more relay games (formula 1, biathlon); defining of teams to happen before the warming.

През 2001 година международната федерация по лека атлетика (ИААФ) основава работна група, която да създаде програма за привличане на повече деца към спорта. Четири години по-късно официално стартира инициативата Kids Athletics (Детска лека атлетика – ДЛА).

В края на 2012 г. ДЛА обхваща над 2 млн. деца в повече от 120 страни, а през 2013 година навлезе и в България. По своята същност програмата прилича много на детското телевизионно предаване от близкото минало „Бързи, смели, сърчни“.

Целта на ДЛА е да адаптира голям брой от подрастващите към леката атлетика, като смъква възрастта на децата, които започват да се занимават със спорт. Проектът има и голяма социална отговорност, като при разработването на програмата са застъпени принципи от

здравеопазването, културата, социалната интеграция, взаимно уважение и опазването на околната среда.

ДЛА развива физически, морални и социални ценности. Девизът на инициативата е **БЯГАЙ, СКАЧАЙ, ХВЪРЛЯЙ** – най-естествените двигателни действия на човека.

Целта на изследването се свежда до оптимизиране на програмата Kids' Athletics

Така поставената цел предполага изпълнението на следните задачи:

1. Да се определят основните моменти в организацията и осъществяването на състезание по програмата Kids' Athletics
2. Да се анализират резултатите от проведените състезания в България
3. Да се усъвършенства организирането и провеждането на детски състезания по програмата Kids' Athletics.

МЕТОДИКА

Обект на изследването са нетренирани деца на възраст от 6 до 12 години, взели участие в състезания по програмата ДЛА.

Използвани методи: педагогически експеримент, педагогическо наблюдение, анкетен метод.

Изследването ни обхвана пет състезания по лека атлетика за деца, проведени по програмата Kids' Athletics. Във всяко едно от състезанията експериментирахме както с организацията, така и с провеждането му, като в края анкетирахме участвалите деца.

АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ

ДЛА се ръководи от три основни принципа:

- **ПРАКТИЧНОСТ** – може да се проведе навсякъде, без да е нужно голям инвентар.
- **ПРОГРЕСИЯ** – ДЛА има конкретни възрастови групи, 7-12 години, което облекчава общуването между децата.

- **ПРОСТОТА** – обяснението на упражненията и игрите може да се направи с прости думи без сложни термини, а инструкторите могат да провеждат демонстрации по ДЛА след минимален период на обучение.

Основните насоки при осъществяване на състезание от програмата ДЛА са:

- Състезанието е отборно, без измерване на индивидуални резултати;
- Всички участници се състезават във всички дисциплини;
- Смесени отбори;
- Резултатите се пресмятат лесно и се обявяват бързо;
- Състезание продължава не повече от 2 часа;
- Състезанието може да се проведе навсякъде, не необходимо непременно да бъде на стадион;
- Съдиите са длъжни да помагат на участниците;
- Никое дете не получава 0 точки.

При провеждането на състезание от ДЛА се използват уреди, които да бъдат адаптирани към деца.

ВЪЗРАСТОВИ ГРУПИ:

- 1 – 7/8 годишни
- 2 – 9/10 годишни
- 3 – 11/12 годишни

ОТБОРИ. Най-често състезанията от ДЛА са между 6 до 9 отбора, съставени от 10 или 11 състезатели. Тимовете са смесени – момчета и момичета, като средната възраст на отборите трябва да бъде еднаква. За успешното провеждане на състезания е препоръчително всеки отбор да има свои отличителен елемент (тениска, шапка, лента)

Освен разликите в цвета на екипировката може да се даде име на отделните отбори.

Пример: "Лъвовете" ще носят червени тениски, потници или ленти, а „Тигрите” ще бъдат със сини.

СЪДИИ. По време на състезанието с всеки отбор има ръководил (съдия), който придружава отбора по всички станции и обяснява правилата на отделните дисциплини. Освен това на всяка станция е разположен 1 съдия, който организира измерването на резултатите.

Необходими са и 1-2 души, които да се грижат за записването на постиженията на главната стена. Те могат да бъдат хора, които нямат специални познания за правилата на леката атлетика.

МЕСТОПОЛОЖЕНИЕ. Мястото за провеждане на състезанието може да бъде навсякъде, стига теренът да е безопасен за участниците. Идеалното място е детска площадка, покрита с трева, с размери 60 м x 40 м. Преди състезанието място може да бъде украсено със знамена, цветя, музика и т.н.

ИНВЕНТАР. За състезанието се използва оборудване, което е пригодно за деца (височина, тегло, безопасност, цветове и др.) Официалните уреди на програмата, които са проектират за деца могат да бъде успешно заменени със собствена техника, но тя задължително трябва да бъде съобразена с условията за безопасност.

Освен основните уреди организаторите на състезание по ДЛА трябва да осигурят табло за записване на резултати, хронометри и др.

ПОДГОТОВКА НА УЧАСТНИЦИТЕ. След разпределението на децата по отбори. Състезанието започва със загрявка, която се провежда от съдии. Тя се състои от общоразвиващи упражнения и бегови упражнения на място. За успешното изпълнение на задачите се препоръчва упражненията да се изпълняват под музикален съпровод.

Състезанието се провежда на принципа на кръговата тренировка. Всеки отбор минава през дадената станция и изпълнява съответната задача. Препоръчва се смяната на отборите по станции да става през 10 минути при 10 състезателя в отбор, съответно 11 минути при 11 състезателя.

ТОЧКОВА СИСТЕМА. Системата на точкуване в ДЛА е лесна не изисква компютър или специално познания в областта на леката атлетика.

Резултатите могат да бъдат обяви до две минути след приключване на надпреварата.

Максималният резултат зависи от броя на отборите. Например при 9 отбора, най-добрия отбор на в дадена дисциплина на станция получава 9 точки, втори 8 точки, третия 7 точки и т.н. Всеки отбор събира точки от станции през които преминава в зависимост от постижението си.

Веднага след приключването на дадена дисциплина резултата се прехвърля на главното табло.

Проведените от нас състезания имаха за цел освен запознаването на нови деца с леката атлетика и нова интерпретация на провеждането на заниманията. На таблица 1 са представени основните разлики между първото състезание, което бе проведено според изискванията на програмата и петото, което се осъществи с предложените от нас промени в организацията.

Таблица. 1. Сравнение между първото и последното състезание.

	I-во състезание	V-то състезание
Местоположение	Зала	Затревен стадион
Отбори	8 (смесени, 7-12 г.)	7 (смесени, 7-12 г.)
Брой деца	56	105
Брой деца в отбор	7	15
Брой водачи	8	7
Брой съдии	24	6
Станции	7 (1-3-3)	6 (2-3-1)

Установихме, че провеждането на състезанията е много по-удачно да бъде на затревен терен, отколкото в закрито помещение. Броят на отборите не е толкова от значение, колкото броят на децата в тях – повечето деца във всеки отбор допринасят за емоционалния заряд на състезанието. Самите отбори се определяха непосредствено преди започване на състезанието, като средната възраст на децата във всеки оброр бе еднаква (например: във всеки отбор има 1 дете на 6 години, 2 на 7 г., 3 на 8г., 3 на 9 г., 1 на 10 г., 3 на 11 г. и 2 на 12 г.). По този начин деца на различни възрасти може да участват заедно, като разбира се игрите са съобразени с

най-малките участници. Броят на съдиите на станциите също може да бъде редуциран. Водачите на отборите успешно се включиха в помощна съдийския апарат на всяка една от станциите. Щафетните игри в програмата се приемаха с по-голям интерес от децата, поради което те бяха повече използвани в състезанието.

След края на всяко едно от състезанията анкетирахме децата, с цел да получим отзиви от участието им. Резултатите показаха, че 79 % от децата предпочитат състезание по програмата Kids' Athletics пред индивидуално участие, за 86% най-интересната игра е Формула 1, а 92% от децата предпочитат да бъдат наставявани от треньори и съдии, по-близки до тяхната възраст.

Изводи

От така направеното от нас изследване можем да изведем следните изводи и препоръки, които да оптимизират програмата:

1. Местоположение: препоръчително е състезанието да се провежда на открито (по възможност на затревен терен).
2. Инвентар: възможно е допълване или замяна на част от инвентара.
3. Отбори: по-малък брой отбори с повече участници, като средната им възраст да е задължително еднаква.
4. Съдии: по-малък брой и по-млади съдии, чрез което комуникацията с децата е по-лесна. Всеки отговорник на станция сам вписва резултатите на общото табло.
5. Станции: повече щафетни дисциплини (Формула 1 и биатлон).
6. Точкова система: двукратно преминаване през всяка една станция с отчитане на по-добрия резултат.
7. Откриване и закриване на състезанието: безпристрастно определяне на отборите непосредствено преди заграването.

Литература:

1. Йонов, Й, А. Славчев, И. Славчев. Българският принос в обучението и състезанията по лека атлетика за деца. Лека атлетика и наука. С. 2011

2. Писарски, К., Бързи, смели, сръчни. ДИ Народна просвета, С. 1989
3. Детская легкая атлетика. Програма международной ассоциации легкоатлетических федераций – М. Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2002.
4. <http://www.iaaf.org/development/school-youth>