

Европейски ден на спорта в училище

Ръководство



#BEACTIVE



Част от ERASMUS+

Организиран от Унгарската федерация за училищни спортове (Hungarian School Sport Federation), Международната асоциация за спорт и култура (International Sport and Culture Association), Младежкия спортен тръст (Youth Sport Trust), Фондация V4SPORT, сдружение BG Бъди активен, Европейската асоциация за физическо възпитание (European Physical Education Association).

Съдържание

1. Въведение към Европейския ден на спорта в училище	3
2. Роли и задължения - Учители	4
3. Роли и задължения – Ученици	5
4. Свързани програми	7
5. Тържества по откриване и закриване.....	9
6. Планиране на Европейски ден на спорта в начално училище	10
7. Планиране на Европейски ден на спорта в гимназия.....	11
8. Училищен наръчник за връзки с обществеността – прессъобщение	13
9. Училищен наръчник за връзки с обществеността – Широко отразяване	14
10. Училищен наръчник за връзки с обществеността – Социални медии	15
11. Образец за съобщение до медиите (прес съобщение)	16
12. Важни дейности следващи събитието.....	17
13. Ръководство за ЕДСУ (план) – ръководството за ЕДСУ	17
14. Пример за добра практика	20
15. За нас	21

1. Въведение към Европейския ден на спорта в училище



Европейският ден на спорта в училище е паневропейска инициатива; нашата цел е тя да стане достъпна за всички европейски държави.

Главната цел на това събитие е да насърчава физическата активност на международно ниво и да включва колкото се може повече ученици и младежи, училища и организации. Това е един своеобразен празник, който осигурява на училищата възможността да:

- установяват връзка с други европейски страни
- подобрят имиджа на физическото възпитание и спорта в училищата
- дарят радост и забавление на младежите чрез физически активности
- насърчават здравословен начин на живот
- подпомагат социалното включване и развиват социална компетентност у учениците

Европейският ден на спорта в училище е създаден по модел на унгарското начинание Национален ден на спорта в училище; събитие, организирано ежегодно от Унгарската федерация за училищни спортове през последните 10 години. Това е ден, посветен на популяризирането на физическата активност, изпробването на нови начини за движение и спорт и разбира се на подсилването на чувството за принадлежност към училището у всеки един участник.

През 2015г, събитието ще бъде проведено за първи път в Унгария, Полша и България, като следващата година в него ще участват и други държави.

Как да използваме това ръководство?

Ръководството е изготвено с цел да съпътства ученици и учители по време на Европейски ден на спорта в училище. То включва идеи как да планирате и да се подготвите за съответния ден, как да проведете своите активности, към кого да се обърнете за подкрепа, както и нужните действия след събитието.

В този документ ще откриете полезни съвети и препоръки от други училища, които ще ви послужат като източник на идеи.

Главната цел на ЕДСУ, освен ангажирането на учениците във физическа активност, е да предостави на европейските младежи нови идеи и методология под формата на „ръководство“, което да им помогне да организират свои собствени спортни мероприятия. Наръчникът предлага на учениците материали за развитието и ръководенето на спортни програми извън часовете по физическо.

2. Роли и задължения - Учители

Като част от ръководството (**точка 13**) ще откриете таблица, описваща накратко възможните задачи и отговорности, които участващите в организирането на ЕДСУ, в зависимост от тяхната позиция, могат да поемат.

TOOLKIT for ESSD (draft)	Students	Teacher	School	Stakeholders
Planning	<ul style="list-style-type: none"> - creating activities and equipment (e.g. self-made balls, cones) - stations, venues - how to involve others 	<ul style="list-style-type: none"> - setting the goals, the theme of the event - setting the activities, stations, the agenda - establishing an organizer team (how to reach students with different background) - supporting the students in the planning tasks - setting ways to involve volunteer students 	<ul style="list-style-type: none"> - supporting the organizing team (e.g. harmonizing the ESSD with different events in the year, communicating with the stakeholders, giving ideas, recommendations) - handling 	<ul style="list-style-type: none"> Parents: <ul style="list-style-type: none"> - utilizing social capital (e.g. merchandising gifts, venues, equipment) - volunteering Local clubs, organizations: <ul style="list-style-type: none"> - setting stations - promoting sports, activities
Preparation	<ul style="list-style-type: none"> - promoting the event - setting the stations - preparing for the evaluation and communication tasks 	<ul style="list-style-type: none"> - coordinating between the different levels - preparing every equipment, document, etc. necessary - finalizing and clarifying the task and role of each station with the volunteer students - promoting the event to numerous partners, stakeholders - health care 	<ul style="list-style-type: none"> - communicating with the stakeholders - allowing the volunteer students to take place on meetings - utilizing different groups in the school (e.g. health-care groups) - helping to get the missing equipment - promoting the event on school level (e.g. printing flyers, school website) 	See Planning
Implementing	<ul style="list-style-type: none"> - taking part on the event - supporting the organization of the actual activity – under the supervision of the responsible teacher - taking photos, making videos 	<ul style="list-style-type: none"> - managing the event during - communicating clearly and functionally - gathering the volunteer students right before the event to go over the tasks again, and after to get some conclusions for the next occasion 	<ul style="list-style-type: none"> - supporting the organizing team 	<ul style="list-style-type: none"> - helping as a volunteer participant - contributing food and drinks (e.g. water and healthy snacks, organized cooking)
Evaluating and Monitoring	<ul style="list-style-type: none"> - helping to create questionnaires - taking part in conducting researches about the event - taking part in creating follow-up feedbacks 	<ul style="list-style-type: none"> - creating reports for different stakeholders - supporting students in creating their reports and follow-up documents - creating questionnaires and researches about the event for different levels - conducting researches 	<ul style="list-style-type: none"> - giving feed-back to the organization team - implementing experiences from different events 	<ul style="list-style-type: none"> - giving feed-backs, recommendations, ideas
Communication	<ul style="list-style-type: none"> - creating reports, articles, photos, videos about the event - introducing the younger students the organization know-how of each events 	<ul style="list-style-type: none"> - creating reports for different levels - making feed-backs to partners - awarding the volunteer students 	<ul style="list-style-type: none"> - reporting the event on official communication channels (website, municipality relations, self-governing bodies, governmental researches) - helping students to create reports and feed backs (utilizing IT, school newspaper, apps, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> - promoting the event on many channels

Въпреки че на пръв поглед всяка колонка се отнася към изцяло индивидуална роля, нужно е да се отбележи, че винаги има някой (например класен ръководител), който е

отговорен за събитието. В повечето случаи, това е преподавателят по физическо възпитание, защото той/тя е един от най-добрите експерти в насърчаването към здравословен живот и организирането на спортни мероприятия в рамките на училището. Тъй като е ясно, че става въпрос за сложни задачи, силно препоръчваме установяването на организационна група, за да може ролите и отговорностите да бъдат изяснени и успешно изпълнени.

Училището трябва постоянно да разпространява посланието за нуждата от физическа активност и здравно развитие не само чрез преподавателя по физическо, но и с помощта на учителите по останалите предмети и, разбира се, самият директор. Колкото по-дейно участие взема училището на организационно ниво, толкова е по-голям шанса за постигането на успешно събитие и добра атмосфера. Това се отнася и за т.нар. „заинтересовани страни“ извън училището (включването на родители е изключително важно), с чиято помощ се откриват много възможности за сътрудничество с училището.



3. Роли и задължения – Ученици

Включването на ученици в организационния процес е от голяма важност за постигането на успешно събитие. Естеството на техните задължения зависи от много фактори: възраст, предишен опит, ниво на образование, учебна среда и т.н. Можем да обобщим, че до колкото по-голяма степен бъдат учениците включени в организирането на събитието, толкова по-успешно ще бъде то. И все пак е трудно да се определи в какви точно задачи могат да вземат те участие, поради което е нужен опит от страна на учителите. Въпреки това, ето няколко примера и препоръки в това отношение:

Главни задачи, активности	Примери, препоръчителни методи
ПЛАНИРАНЕ <ul style="list-style-type: none"> - подготвят активности и изработват материали (ръчно изработени топки, конуси и т.н.) - пунктове, места за провеждане на събитието - как да бъдат ангажирани всички 	<p>Учениците имат много и добри идеи за измислянето на нови активности или „моделирането“ на съществуващи такива. Чрез използването на индиректни образователни стратегии (ученици лично да създадат игри) те могат да помогнат в изготвянето на широк спектър от активности и игри за ЕДСУ.</p>
ПОДГОТОВКА <ul style="list-style-type: none"> - промотират събитието - установяват пунктовете - подготвят задачите за оценяване и комуникиране 	<p>Успехът на едно такова събитие зависи главно от това как се чувстват хората, отговорни за неговото организиране. Ето защо, промотирането на ЕДСУ е от голямо значение. Учениците могат да помогнат в тази насока като разпространяват флаери из училището, както и да разказват за миналогодишни събития на своите съученици.</p>
ПРОВЕЖДАНЕ <ul style="list-style-type: none"> - участват в събитието - осигуряват подкрепа в организирането на самото събитие - под надзора на учителя-отговорник - снимане, видеозаснемане 	<p>Главната „работа“ на учениците е да участват в игрите и активностите. Не бива да забравят, че тяхна отговорност е да се забавляват. Също така, присъствието на група ученици в организационния екип е от голямо значение, тъй като те могат да помогнат с почти всичко.</p>
ОЦЕНЯВАНЕ И НАБЛЮДАВАНЕ <ul style="list-style-type: none"> - оказват помощ в изготвянето на въпросници - провеждат анкети относно събитието - дават и получават обратна връзка 	<p>Споменатите задачи са подходящи главно за ученици от по-горните класове, тъй като изискват отговорност, критично мислене и комуникативни умения. За сметка на това пък, по-младото поколение умее добре да борави със социалните медии. Именно за това, на тях може да се разчита за документирането на събитието, писането на статии, обновяване на фейсбук страницата или активност в твитър.</p>
КОМУНИКАЦИЯ <ul style="list-style-type: none"> - изготвят отчети, статии, снимки, видеоматериали относно събитието - предават своите организационни умения на своите съученици. 	<p>Тези материали, разбира се, биха били много полезни при промотирането на следващия ЕДСУ.</p>

4. Свързани програми

Едно от най-големите предизвикателства на 21 век в сферата на здравеопазването и здравословния начин на живот е борбата с нарастващата липса на физическа активност. Това е и главната причина в световен аспект за зачестилите случаи на наднормено тегло и затлъстяване. Те водят до хронични, незаразни болести като заболявания на сърдечносъдовата система, диабет тип 2, определени форми на рак, проблеми с психичното здраве, както и хронични дихателни и мускулно-скелетни смущения. Също така, ефекта на обездвижването може да се разглежда в няколко аспекта:

- Липсата на движение може да доведе то това, днешното поколение деца да бъде първото в историята, с продължителност на живота по-кратка от тази, на своите родители. (designedtomove.org)
- Ежегодно, 600 000 европейски граждани умират вследствие на недостатъчна физическа активност. (Евробарометър 2014)
- Изчислено е, че в европейските страни, обездвижването струва 300 евро на човек на година (Проучване, проведено от Дирекция Обществено Здраве при СЗО Европа). Това води до годишни загуби в размер на 152 милиарда евро
- В глобален аспект, разходите за случаи на обездвижване представляват 1.5-3% от националния здравен бюджет (Олдбридж, 2008)

Национално представително проучване, проведено от Фондация „Институт за финансови проучвания и иновации“ (ИФПИ) по поръчка на "BG Бъди активен" през юни 2015, представящо нивото на физическа активност на българите и нагласите им към физическата активност показва, че 91% от анкетирания смятат, че **училищата, университетите и другите образователни институции** могат да играят важна роля за повишаване на спортната и физическа активност на населението.

Всяко трето българче има наднормено тегло, а всяко седмо е затлъстяло. Данните са от националното проучване, проведено от Националния център по обществено здраве и анализи и Катедра Педиатрия, Медицински Университет, София (2011-2012). Ниската физическа активност и нездравословният начин на хранене са двата основни фактора за тези тревожни цифри.

Препоръчаната физическа активност за учениците е минимум 60 минути на ден. Посоченото проучване, обаче, показва, че с такава активност са само 24% от изследваните деца. 35% от българските деца са физически активни по-малко от два дни в седмицата.

Като сериозен фактор за обездвижването е времето, прекарано пред екрана на телевизора, компютъра, таблета. Данните сочат, че 48% от децата ни прекарват повече от 3 часа дневно пред телевизор. Към това време трябва да прибавим и средно 4 часа седене в училище и още толкова часа писане на домашни. Тази натовареност и неподвижност достига често до 10 часа дневно! 80 % от бъдещето на нацията прекарва през уикенда повече от 3 часа дневно пред телевизора, а 30% играят различни компютърни игри.

Редовната физическа активност не само че влияе положително на гореспоменатите здравни рискове (Крук, Д.[2007]), но е и също така най-евтиното средство за намаляване броя на хората, страдащи от наднормено тегло и затлъстяване. През изминалите десетина години, популяризирането на физическата активност и здравословния начин на живот се е превърнало в главна тенденция на политиките на ЕС в сферата на образованието. Препоръката на Съвета от 2013г. относно промотирането на благоприятни за здравето физически активности в различни сектори гласи че „физическото възпитание в училище има потенциала да се превърне в ефективно средство за информация относно важността на благоприятните за здравето физически активности (БЗФА), като училищата лесно могат трайно да въведат подобни активности в това отношение“.

Съществуват редица начини, по които Европейският ден на спорта в училище може да подсили вашата училищна дейност, както и да подпомогне училищните приоритети. Има голям брой вълнуващи спортни събития и активности, които се провеждат през 2015г. По-долу ще откриете няколко идеи в помощ на вашето планиране, които да направят общото преживяване за учители и ученици още по-добро:

- **Включите вашите спортни празници в MOVE Week и кампанията NowWeMOVE България. Разберете повече на: www.bgbeactive.org или ни пишете на beactive@bgbeactive.org**
- **Създайте спортни клубове като извънкласни и извънучилищни форми по проект УСПЕХ**
- **Организирайте събитие за 17 май – Национален ден на спорта или на друга специална дата**
- **свържете се със сдружение „BG Бъди активен“ (beactive@bgbeactive.org) и попитайте за настоящите кампании и инициативи, за да се включите!**



5. Тържества по откриване и закриване

Тържествата по откриване и закриване събират всички в един общ празник. Цялото училище се обединява. Те са страхотна възможност не само за промотиране на физическата активност, но и за акцентирание върху различните култури, „съжителстващи“ в училището. При организирането на тържествата по откриване и закриване може да дадете воля на своята креативност; вземете предвид демографското, социално, икономическо, културно и лингвистично разнообразие в своя район – всички те създават широк спектър от образователни нужди. Тържествата дават и много добра възможност за изява на училищните таланти – танцувални групи, певчески и музикални състави.

Включвайки родителите и местната общественост ще направите така, че тържествата да отговарят на тези нужди.

ТЪРЖЕСТВО ПО ОТКРИВАНЕ	ТЪРЖЕСТВО ПО ЗАКРИВАНЕ
<ul style="list-style-type: none"> - След обявяването на ЕДСУ се обърнете към отделните класове с призив да решат с какви активности ще се включат. - Организирайте „среща на участниците“, която да даде на класовете чувство за принадлежност към събитието. - Включете всички училищни звена, призовавайки ги да бъдат креативни и да представят уменията на своите възпитаници в някои от следните сфери: танци, актьорско майсторство, художествено изкуство, музика, английски език и др. - Сформирайте организационен комитет включващ младежи, които не биха участвали в спортни занимания, но пък биха помогнали. - Акцентируйте върху различните култури в училището чрез традиционните за тях спорт, танци, облекла, храни. - Поканете родители, местни спортисти, известни личности и медии за да наблюдават представянето на вашето училище. А защо не и учениците да отразят събитието? - Създайте официална песен за откриването/закриването. - По време на тържеството по откриване отличете тези учители/ученици със специални постижения в сферата на спорта (индивидуални състезатели, отбори, треньори). Представете ги официално с цел повдигането духа на училището. 	<ul style="list-style-type: none"> - Организирайте специално спортно събитие, което да представи постиженията на училището. - Отбележете тези постижения чрез тържество по награждаване. - Наградите да подчертават духа и ценностите на училището - За да отбележите приключването на деня, съберете се заедно с всички участници за групова снимка

6. Планиране на Европейски ден на спорта в начално училище

Европейския ден на спорта в училище дава на децата страхотната възможност да се включат в различни физически активности, изпълнени с позитивни емоции.

Включването на подходящи активности според възраст и умения увеличава вероятността в бъдеще децата да водят здравословен начин на живот. Чрез този ден имате възможността да обърнете внимание индивидуално на децата, фокусирайки се на тяхното развитие в зависимост от личните им социални и здравословни нужди.

С помощта на училищния персонал направете анкета сред учениците, за да научите в какви спортни активности биха желали да участват. Тези активности помагат на децата да се чувстват по-уверени, и развиват умения и качества, които ги правят по-креативни, съпричастни и дейни. По този начин те ще се превърнат в активни и ангажирани граждани на нашето общество.

ТАБЛО ЗА ИДЕИ	СЪВЕТИ
<ul style="list-style-type: none"> -Насърчавайте активното придвижване до училище (пеша, с колело, ролери, скейтборд). Подобни дейности могат да бъдат превърнати дори в средства за набиране на дарения. - Поощрявайте участието на недостатъчно представени групи. Може да се концентрирате върху недотам активните или уверени деца, момичета, деца в неравностойно положение. - Помислете относно роли за децата, свързани с програми, развиващи лидерски умения. - Фестивали и предизвикателства: дайте възможност на младежите да предложат в учебна и домашна среда и да участват в тяхното реализиране. Нека всяко дете се постарее да се представи възможно най-добре. - Включете учениците в създаването на повече активни игрища, като след това ги изпробват. - Помислете за варианти как вашите активности да развиват работата в екип, както и чувства като уважение, честност, самоувереност, решителност. - Денят е възможност за представяне на 	<ul style="list-style-type: none"> - Бъдете наясно относно своята целева група и дали избраните активности са подходящи за тях. - Ръководителите на игрите могат да ви помогнат в организирането на активности с топка. - Намерете възможност да включите и родители.
	<p>ПРИМЕРНИ АКТИВНОСТИ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Масово събитие. Започнете деня с вълнуващо тържество, където всички получават възможността да бъдат активни. - Може да включите бокуа в своите учебни занимания. - Ден на топката! Дайте на всеки ученик възможността да донесе в училище топка, която да използват за различни физически активности през деня. - Физзарядка преди началото на всеки учебен ден. - Насърчавайте учениците да ходят или да тичат около игрището между учебните часове. - Организирайте семейно събитие, чиято

<p>нов вид спорт, местни спортни клубове и клубове по интереси.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Нека темата на събитието бъде образованието. Например, може да вземете идеи за активности от книгите, които учениците трябва да четат, като те трябва да познаят от коя книга е взета съответната идея. - Дайте възможност на децата сами да измислят активности с помощта на ръководителите. - Дайте възможност на училищния персонал да посетят курсове по професионално развитие. - Изберете постер за събитието чрез конкурс, в който могат да се включат всички ученици. 	<p>тема да бъде свързана със здравословния начин на живот. Фокусът да бъде поставен върху живота в и извън училището.</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Тичай цяла година!“ – Участниците трябва да пробягат дължината на съответната година заедно. (т.е.2015м. през 2015г.) - „Фестивал на игрите“ – разнообразни игри, в които участие взимат момчета и момичета с различни ниво на подготовка. - „Нека играем заедно!“- игри и активности целящи приобщаване.
--	--

7. Планиране на Европейски ден на спорта в гимназия

Европейския ден за спорта в училище може да помогне на младите хора да развият своето физическо здраве, да получат удоволствие от спорта, както и да подсилят своята самоувереност и психическо благосъстояние. Давайки на учениците възможността да приемат ролята на спортисти, лидери, треньори или доброволци по време на събитието ще им помогнете да развият широк спектър от позитивни личностни качества: креативност, съпричастност, упоритост, способността да влияят на останалите.

Всеки младеж има различна мотивация да се занимава със спорт: стремежа към по-добро представяне, желанието за водене на здравословен начин на живот, удоволствието от надпреварата, целта да станат треньори. Някои от тези фактори зависят от самата активност, положените усилия и самата среда. Дайте възможността на ученическия съвет и младите лидери да планират деня; нека получат пълна свобода за креативност в създаването на активности, които да включат всички ученици и ги мотивира да дадат най-доброто от себе си.

ТАБЛО ЗА ИДЕИ	ПРИМЕРНИ АКТИВНОСТИ
<ul style="list-style-type: none"> - Темата на всеки ден да бъде свързана с духа на спортменството. На края на деня наградете учениците, демонстриращи тези ценности. - Дайте на учениците и на своите колеги възможността да изготвят вълнуващ план 	<ul style="list-style-type: none"> - Масово събитие. Открийте ЕДСУ с тържество, където всеки да получи възможността да бъде активен (едночасова групова загрявка, уличен танц и т.н.) - Направете активностите част от

<p>за деня, който да включва нови активности – това е добра възможност за организирането на пробно събитие в спорт, който може да бъде включен в учебния план за следващата година.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поканете най-заетите родители да присъстват на събитието. Постарайте се да направите тяхното преживяване (и това на техните деца) колкото се може по-приятно. - Организирайте базар на спортната екипировка. Съберете всички спортни стоки от вашето училище и от училища-партньори. Ще се изненадате какво бихте открили. - Осигурете различни възможности за лидерски, тренъорски и организационни позиции. Това ще помогне на учениците да открият своето вдъхновение. - Поканете местни спортни клубове. Така училището ще установи връзка с тях и ще увеличи шанса ученици да се запишат в тези клубове. - Включете в програмата активности, предназначени само за момичета и водени от момичета (зумба, мажоретство и т.н.) - Насърчавайте младежите да се включат в спортните активности, дори не задължително като участници. - Комбинирайте учебните планове! Учителите по химия, физика и биология да подготвят уроци, свързани със здравето и спорта, докато уроците по математика могат да се фокусират върху спортни статистики и анализиране на времеви постижения. - Изберете постер за събитието чрез конкурс, в който могат да се включат всички ученици. 	<p>учебния ден. Насърчавайте учениците да идват на училище пеша, с колело или скейтборд или да изпробват нова активност по време на голямото междучасие (народна топка, футбол, баскетбол) и да приключат деня с 10 минутни занимания по йога – идеални за разтоварване на напрежението у учители и ученици.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организирайте отборна игра между ученици и училищен персонал. Всички са добре дошли! - Дайте възможност на учениците да участват в училищно предизвикателство, където всеки да покаже на какво е способен. - Организирайте семейно събитие/предизвикателство. Изберете тема, акцентираща върху здравословния начин на живот. Това може да е училищна или извънучилищна инициатива. - „Тичай цяла година!“ – Участниците трябва да пробягат дължината на съответната година заедно. (т.е.2015м. през 2015г.) - „Фестивал на игрите“ – разнообразни игри, в които участие взимат момчета и момичета с различни ниво на подготовка. - „Нека играем заедно!“- игри и активности целящи приобщаване. - „Тялото е твоя фитнес!“ – постигане на сила и развиване на мускулатурата чрез правилни упражнения със собствено тегло. (БодиАрт, Пилатес и т.н.)
---	---

8. Училищен наръчник за връзки с обществеността – прессъобщение

Училището ви може да отбележи едно събитие от Европейския ден на спорта в училище или да бъде домакин на няколко такива. Ако ще организирате няколко събития, препоръчваме да се концентрирате върху едно конкретно, на което да

поканите представители на медиите (това ще бъде вашето главно събитие, което ще получи най-голям обществен интерес). Училищният отговорник за Европейския ден на спорта в училище трябва да попълни поканата до медиите с данни за училището, което ще осигури на медиите всичката информация, от която се нуждаят. Поканата, обявяваща участието на вашето училище в ЕДСУ, трябва да бъде изпратена към местните вестници и радиостанции по имейл. Може също така да обсъдите подробностите по телефона.

Ето и подробен наръчник, който да ви помогне в процеса на изготвяне на поканата до медиите и прессъобщението.

ПОКАНА ДО МЕДИИТЕ	ПРЕС СЪОБЩЕНИЕ
<ul style="list-style-type: none"> - Около пет работни дни преди събитието, попълнете образеца за поканата до медиите с детайлите на вашето училище (в образеца е ясно отбелязано как/къде да го направите). - Копирайте съдържанието на поканата в тялото на имейла като използвате заглавието в образеца за тема на имейла. - Посетете уеб-страниците на местни медии (вестници и радио; поне по един от всеки) и потърсете страницата озаглавена „контакти“. След като откриете номер за връзка, обадете се и потърсете „отдел новини“. Така ще се свържете с някой от местните репортер от новинарския екип. - Обяснете от къде се обаждате и информирайте репортера относно датата, часа и мястото на събитието, относно което отправяте покана. Опишете самото събитие. Споделете, че ще има възможност за заснемането на добри кадри. Информирайте ги, че може да им изпратите покана, включваща всичката нужна информация. - Помолете за имейл адрес, на 	<ul style="list-style-type: none"> - Репортерите са много заети и често работят с крайни срокове – не се отчайвайте, ако при първия ви опит те са твърде заети да разговарят с вас. Просто уговорете удобен час и се обадете отново. Репортерите биха искали да разговарят с вас, но може да се наложи да проявите търпение. - Информирайте се относно кога представителите на медиите ще пристигнат и какво оборудване ще носят за да можете да организирате нещата подобаващо. Например, ако местната радиостанция пожелае да вземе интервюта, може да се наложи да подготвите паркомясто за техния бус. - Осигурете представител на училището, който да посрещне медиите и да ги разведе из училището. - Удачно е медиите да присъстват на тези спортни събития, в които ще участват най-много ученици или с други думи, на най-вълнуващата част от ЕДСУ – било то най-масовата активност или тържеството по откриване. Това ще покаже, че цялото училище участва в ЕДСУ, както и позитивния ефект, който спорта оказва върху развитието на учениците. - Фотографите биха искали да снимат

<p>който да изпратите поканата, като това може да направите веднага. Поискайте контакт и за фотографския отдел, към когото да препратите поканата.</p> <p>- Изпратете поканата чрез имейл на осигурените адреси и повторете този процес за всички медии във вашия район. Надяваме се, че ще получите отговор от новинарски екип, който би посетил вашето училище.</p>	<p>учениците по време на спортните активности, за това им дайте възможността да го правят във всеки удобен момент. Уверете се, че всички, които участват в снимките са дали своето съгласие да бъдат снимани или пък имате разрешението на техните родители/настойници.</p> <p>- Осигурете подходящ представител (напр.директора), който да даде интервю пред медиите.</p>
---	--

9. Училищен наръчник за връзки с обществеността – Широко отразяване

ШИРОКО ОТРАЗЯВАНЕ	ФОТОЗАСНЕМАНЕ
<p>Местните радиостанции обичат да отразяват пъстри и интересни събития, случващи се в техния район. Надяваме се, че след като се свържете с местните медии и ги информирате относно вашето събитие, регионалните станции ще проявят желание да го отразят в техния ефир. Важно е представителите на събитието да бъдат определени предварително.</p> <p>Представителите трябва да бъдат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учител по физическо/класен ръководител или училищния директор; и - уверени ученици, които не биха се притеснявали да отговарят на въпросите на медиите. <p>Някои радиостанции биха изпратили на вашето събитие репортер, който да запише интервютата с представителите с помощта на микрофон. Някои дори може да направят видеорепортаж за своя уебсайт. Други пък може да нямат</p>	<p>Ако медиите, отразяващи събитието не осигурят фотографии, лично се заемете с фотозаснемането.</p> <p>За да може да извлечете колкото се може повече от Европейски ден на спорта в училище, важно е да направите колкото се може повече качествени снимки на вашите ученици, докато те се забавляват по време на активностите.</p> <p>Ето и един кратък наръчник за получаването на качествени снимки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Намерете добре осветена част от спортното игрище/спортна зала (в зависимост от това къде се провеждат активностите). Медиите предпочитат да използват ясни и добре осветени снимки. - Подредете учениците в позиция, която улавя тяхното забавление – кадрите в движение са много добри, но бъдете сигурни, че лицата на учениците няма да останат скрити. Друг вариант е да направите организирана снимка, в която учениците позират/скачат, отбелязвайки ЕДСУ. - Размерът на снимките трябва да е не по-малък от 1-2МВ, за това използвайте опцията за „висока резолюция“ апарата. Все пак една голяма снимка винаги може

<p>възможността да изпратят репортер на място и да пожелаят да проведат интервю по телефона.</p> <p>За целта на телефонното интервю може да осигурите на радиостанцията номера на фиксиран телефон, който се намира на удобно и тихо място (учителска стая или директорски кабинет).</p> <p>Определете удобен ден и час за провеждането на телефонното интервю и се уверете, че избраните представители са до телефона. Обикновено, от радиостанцията се обаждат пет минути преди интервюто, за да тестват връзката и да инструктират интервюираните, след което ще преминат към интервюто. То се провежда или на живо в ефир, или се записва и излъчва по-късно.</p>	<p>да бъде смалена, но не и обратното.</p> <p>След като вече сте направили снимките и сте „отсяли“ най-добрите, е време да ги изпратите на медиите.</p> <p>Пратете снимките заедно с готовия прес съобщение в деня на ЕДСУ и то колкото се може по-рано. Медиите биха желали да поместят статията веднага – в идеалния случай, тя ще се появи във вестника/уебсайта в деня след вашето събитие.</p> <p>Ако на някоя от снимките, които пращате, присъстват по-малко от две деца. включете техните имена и възраст (същото важи и за учителите). Нужно е да споменете и името на вашето училище както и активността, в която участват. Изпратете тази информация с имейла, съдържащ снимките.</p>
---	--

10. Училищен наръчник за връзки с обществеността – Социални медии

Социални медии, като например добре познатите Фейсбук, Туитър, Инстаграм (фото и видео) и Ютуб са един от ключовите елементи в промотирането на вашето събитие. Същите могат и да мотивират родителите на вашите ученици да окажат подкрепа на училищните активности.

Ако все още нямате училищен Фейсбук или Туитър профил, би било добра идея да създадете такъв. Туитър става все по-популярен сред училища и учители и за това бихме препоръчали да използвате тази медия за популяризирането на Европейския ден на спорт в училищата.

ИДЕИ ЗА СЪДЪРЖАНИЕ	ФЕЙСБУК
<ul style="list-style-type: none"> - Споделяйте ъпдейти чрез Туитър и Фейсбук относно подготовката за ЕДСУ – нека хората знаят какво да очакват от вашето събитие. - Споделете снимки от събитието за да покажете какво се случва във 	<p>Популярността на фейсбук в училищата нараства все повече. Медията осигурява страхотна възможност за промотиране на вълнуващите неща, които вие и вашите ученици правите по време на Европейския ден на спорт в училищата.</p>

<p>вашето училище.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Открояването на най-добрите постижения от вашите ученици през деня е също важно. - Добавете хаштагове на вашия район (#Plovdiv, #Karlovo), с цел разпространяване на новината на местно ниво - Добавете хаштагове относно събитието с цел пораждање на по-голям интерес: #football, #tennis, #parkour и т.н. 	<p>Нужно е редовно да обновявате своя фейсбук профил с информация относно постиженията на вашето училище, както и да насърчавате родителите да окажат подкрепа във вашето събитие. Може да отбелязвате и други страници във вашите публикации, като просто изпишете символът „@“, последван от тяхното име. Може да използвате и хаштагове.</p> <p>Публикуването на албуми със снимки и обновяването на вашата „корица“ също са добри идеи.</p>
---	---

11. Образец за съобщение до медиите (прес съобщение)

ДАТАТА НА ВАШЕТО СЪБИТИЕ

[училище], [град] ОТБЕЛЯЗВА ПОДОБАВАЩО ЕВРОПЕЙСКИЯ ДЕН НА СПОРТА В УЧИЛИЩЕ

На този ден, ученици от **[ИМЕТО НА УЧИЛИЩЕТО]** се присъединиха към хиляди други младежи от цяла България, вземайки участие в широк спектър от спортове и активности за да отпразнуват Европейския Ден на Спорта в Училище.

Европейския Ден на Спорта в Училище се провежда на 25 септември, 2015г. В **[ИМЕТО НА УЧИЛИЩЕТО]**, учениците отбелязаха деня чрез **[ИЗБРОЙТЕ АКТИВНОСТИТЕ]**.

Европейския Ден на Спорта в Училище е празник на физическото възпитание и спорта, в който участват десетки хиляди млади хора от стотици начални, основни училища и гимназии.

Тази година училищата посвещават цял ден на събития на спортна тематика, като по този начин насърчават своите ученици да се занимават по-активно с физическо възпитание и спорт.

Училищата, записали се за участие в Европейския Ден на Спорта в Училище получиха достъп до голям брой източници, наръчници и идеи относно това как да предоставят повече възможности на децата да се занимават със спорт.

[ИМЕТО НА ДИРЕКТОРА или ОРГАНИЗАТОРА НА ЕДСУ] сподели: „ДОБАВЕТЕ КРАТКО ОПИСАНИЕ НА ТОВА, КАК ДЕЦАТА СА ОТКЛИКНАЛИ НА СЪБИТИЕТО И КАК ТО ИМ Е ПОВЛИЯЛО“

Край

Бележки до редактора:

Прикрепени изображения: **[добавете имената на файловете и описание на това, кой присъства на снимките]**

За допълнителна информация, свържете се с:

Име: **[добавете името на лицето за контакт относно ЕДСУ]**

Телефон за контакт: **[добавете телефонен номер]**

Имейл адрес: **[добавете имейл адрес]**

12. Важни дейности следващи събитието

СЛЕД ЕВРОПЕЙСКИЯ ДЕН НА СПОРТА В УЧИЛИЩЕ
<p>Споделете всички проведени активности, както и как те са повлияли на вашите ученици, с медиите. За ваше улеснение използвайте образаца, поместен в ръководството.</p> <ul style="list-style-type: none">- Направете разбор на активностите, които са преминали най-успешно и обмислете как да ги включите в учебния план за следващата година, или като извънкласни занимания.- Използвайки вдъхновението, което ЕДСУ е предизвикал, потърсете начини как да поддържате учениците ангажирани във физическо възпитание и училищния спорт, било то участвайки или помагайки в организацията.- Мотивирайте учениците да продължат да бъдат физически активни дори и извън училище.- Изгответе доклад до Главния Ръководен Екип отбелязвайки броя на включилите се ученици, активностите и как те са повлияли на всички в училището.- Запишете се за Европейския ден на спорта в училище 2016!- Споделете снимките на учениците и училищния персонал в Туитър!

13. Ръководство за ЕДСУ (план) – ръководството за ЕДСУ

НАРЪЧНИК ЗА ЕДСУ	Ученици	Учители	Училище	Заинтересовани страни
<p>Планиране</p>	<ul style="list-style-type: none"> - изготвят активности и изработват материали (ръчно изработени топки, конуси и т.н.) - пунктове, места за провеждане на събитието - как да бъдат ангажирани всички 	<ul style="list-style-type: none"> - поставят целите и темата на събитието - изготвят активностите, пунктовете и програмата - сформират организационен екип - подкрепят учениците в процеса по планиране - набират ученици-доброволци 	<ul style="list-style-type: none"> - осигурява подкрепа на организационния екип(съгласува ЕДСУ с останалите събития през годината, поддържа комуникация със заинтересованите страни, дава идеи и препоръки) 	<p>Родителите:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осигуряват рекламни материали, подаръци, оборудване - участват като доброволци <p>Местни клубове, организации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организират пунктовете - промотират спорт и активност
<p>Подготовка</p>	<ul style="list-style-type: none"> - промотират събитието - установяват пунктовете - подготвят задачите за оценяване и комуникиране 	<ul style="list-style-type: none"> - координират отделните нива - подготвят оборудването, документите и всичко нужно - завършват и изясняват ролите и задачите на всеки пункт с доброволците - промотират събитието сред различни бъдещи партньори и заинтересовани страни - осигуряват медицински лица 	<ul style="list-style-type: none"> - поддържа комуникация със заинтересованите страни - включва учениците-доброволци в срещите - основава различни училищни групи (Младежки Червен Кръст, например) - помага в осигуряването на нужното оборудване - популяризиране на събитието на училищно ниво (изработване на флаери, информация в училищния уебсайт и др.) 	<p>Виж „Планиране“</p>

Провеждане	<ul style="list-style-type: none"> - участват в събитието - осигуряват подкрепа в организирането на самото събитие - под надзора на учителя-отговорник - снимане, видеозаснемане 	<ul style="list-style-type: none"> ръководят събитието - водят ясна и ефективна комуникация - събират доброволците точно преди събитието, за да обсъдят задачите, както и след него, за да направят заключения за следващата активност 	<ul style="list-style-type: none"> - осигурява подкрепа на организационния екип 	<ul style="list-style-type: none"> - участват като доброволци - осигуряват храна и напитки (вода, здравословни/домашно приготвени храни)
Оценка и отчитане	<ul style="list-style-type: none"> - оказват помощ в изготвянето на въпросници - провеждат анкети относно събитието - дават и получават обратна връзка 	<ul style="list-style-type: none"> - изготвят доклади за различните заинтересовани страни - помагат на учениците в изготвянето на техните доклади и последващи документи - изготвят въпросници и анкети относно събитието за различни нива - провеждат анкети 	<ul style="list-style-type: none"> - дава обратна връзка на организационния екип - използва опит от предни събития 	<ul style="list-style-type: none"> - дават обратна връзка, препоръки и идеи
Комуникация	<ul style="list-style-type: none"> - изготвят отчети, статии, снимки, видеоматериали относно събитието - предават своите организационни умения на своите съученици 	<ul style="list-style-type: none"> - изготвят доклади за различни нива - дават обратна връзка на партньорите - награждават доброволците 	<ul style="list-style-type: none"> - отразяват събитието по официални комуникационни канали (уебсайт, общински връзки, самоуправляващи се органи, правителствени проучвания) - помагат на учениците в изготвянето на доклади и даването на обратна връзка (с помощта на ИТ, училищен вестник и т.н.) 	<ul style="list-style-type: none"> - промотират събитието по различни начини

14. Пример за добра практика

Национален ден на спорта в училище в Унгария

Всяка година Унгарската федерация за училищни спортове организира Национален ден на спорта в училище: свързваме се с всяка унгарска образователна институция с молба в този случай да популяризират физическата активност и спорта сред ученици и учители в продължение на 120 минути. С изключение на традиционния пробег „Ден на спорта в училище“ (тази година 2015м.), няма ограничения спрямо физическите активности, избрани от училището. Именно за това, по време на тези 120 минути, децата получават голям избор от забавни активности, в които да се включат. Освен традиционните спортове като футбол, хандбал, волейбол и тенис на маса, програмата представя много други физически активности: отборни надпревари, щафетни надбягвания, скачане на въже, бягане с чувал, зумба, аеробика и дори скално катерене, ориентиране и вело походи.

През 2014г. броят на участниците достигна рекордно число: 200 хиляди ученици от 768 училища участваха в някакъв вид спорт за поне два часа; към тях се присъединиха техните родители и учители и така броят на участниците надхвърли 220 хиляди. Броят на включилите се училища е със 150% по-голям от предната година. Убедени сме, че това събитие – координирано от УФУС и осъществено с помощта на участващите институции – бе най-посетената спортна програма в Унгария, а може би и в Европа.

MOVE Week в училищата – България 2014

По време на **MOVE Week 2014** основна задача на сдружение „BG Бъди активен“ беше да раздвижи възможно най-много български училища.

Искахме да насочим вниманието към младото поколение, за да му покажем **ползите от спорта и физическата активност**. Желанието ни да влезем в училищата бе породено от тъжната и неприятна статистика, която поставя **българските деца на шесто място по затлъстяване в Европа**. Обездвижването е един от основните проблеми, водещ до подобни последствия.

За нас беше важно да покажем на учениците как по един забавен и приятен начин могат да направят **движението част от ежедневието** си. Именно това ни провокира да поканим възможно най-много български училища да се включат в **MOVE Week**, като организират различни спортни събития по време на „Седмичата на физическата активност и спорта“.

Резултатите – в MOVE Week България 2014 официално се включиха 147 училища и 13 детски градини, а не официално участваща още близо 20 училища, като общата бройка на раздвижените деца и ученици надхвърли 36 000. Сдружение „BG Бъди активен“ ще продължи да работи за раздвижването на възможно най-голям брой български ученици, както по време на MOVE Week, така и през останалата част на годината. Следете актуалните ни проекти и инициативи на <http://www.bgbeactive.org/>

15. За нас



Европейски ден на спорта в училище – European School Sport Day

Основната цел на събитието е да насърчава физическата активност на международно равнище и да включва колкото може повече деца и млади хора, училища и организации. Това е празник на активността, който дава възможност на училищата да:

- Се свържат с други европейски страни.
- Популяризират физическото възпитание и спорт в училищата.
- Създават условия за забавление чрез физическа активност за младите хора.
- Подобряват общественото здраве и благополучие, чрез въвеждане на методи за учене през целия живот
- Засилване на участието и развитието на социални умения сред учениците

Европейският Училищен Ден на Спорта е вдъхновен от Унгарският ден на спорта в училище. Той е ден, посветен на насърчаването на физическата активност сред учениците, като се залага на елемента на забавлението и се изпробват нови начини за физическа активност и спорт, за да се повиши усещането за "принадлежност към училището" за всеки участник.

Европейски ден на спорта в училище в България се координира от сдружение „BG Бъди активен“



Сдружение „BG Бъди активен“

Основана през 2011 като регионална организация „BG Бъди активен“ започва да работи в посока подобряване условията за масов спорт в България, както и за повишаване осведомеността за ползите от физическата активност и последиците, които води липсата ѝ.

Главните приоритети на нашата организация са:

- Да популяризираме ползите от всекидневната физическа активност, като начин за поддържане на добро физическо и ментално здраве сред българските граждани;
- Да дадем шанс на младите хора да усвоят необходими житейски умения, които да подобряват шансовете им за намиране на работа, чрез включването им в организирането на спортни събития с несъстезателен характер в полза на обществото.

Повече за нас на www.bgbeactive.org

Най-голямата европейска обществена кампания за спорт NowWeMOVE се координира в България от сдружение BG Бъди активен, повече за кампанията и различните инициативи, които включва на www.nowwemove.com

Сдружение BG Бъди Активен

гр. Пловдив, 4001

ул. София 9

Моб.: 0876 723 377

Емейл: beactive@bgbeactive.org

Facebook: www.facebook.com/bgbeactive

YouTube: www.youtube.com/user/bgbeactive/feed