

Programul DEZVOLTARE ȘI SĂNĂTATE PRIN SPORT

Motto: „Mens Sana in Corpore Sano” (Juvenalis)

I. DENUMIRE PROGRAM:

„Dezvoltare și Sănătate prin Sport” în vederea creșterii gradului de participare și implicare în activități fizice și sportive în rândul copiilor și tinerilor la nivelul Municipiului București

II. RESPONSABIL:

Municipiul București prin Direcția Cultură, Învățământ, Turism.

III. PERIOADA: iunie 2018 – iunie 2022

IV. LOC DE DESFĂȘURARE:

În bazele sportive proprii aflate la nivelul Municipiului București și alte baze sportive, identificate ca urmare a parteneriate încheiate cu titularii dreptului de proprietate/administrare a acestor baze sportive.

V. TIP PROGRAM:

Program educațional-sportiv și recreativ – structurat în 17 discipline sportive în primul an, ca fiind cele mai cunoscute și plăcute grupului țintă, urmând a crește numărul acestora pe parcurs, în funcție de solicitări și de interesul beneficiarilor.

VI. CONCEPTE CHEIE

- ✓ *Educația fizică și sportul - componente ale educației generale*
- ✓ *Educația fizică și sportul - componente ale educației permanente*
- ✓ *Educația fizică și sportul pentru sănătate*
- ✓ *Educația fizică și sportul - componente ale culturii și civilizației umane*
- ✓ *Educația fizică și sportul - domenii ale cunoașterii științifice*
- ✓ *Sportul – laborator de excelență umană*
- ✓ *Educația fizică și sportul - medii educaționale pentru prevenirea și combaterea discriminării și excluziunii sociale*
- ✓ *Educația fizică și sportul - factori de integrare socială pentru persoane cu dizabilități*
- ✓ *Educația fizică și sportul - cadru de cooperare internațională*
- ✓ *Specialiștii domeniului - factori de promovare a educației fizice și sportului*
- ✓ *Rolul autorităților statului în dezvoltarea educației fizice și sportului și în asigurarea condițiilor pentru desfășurarea acestora*



VII. GRUP ȚINTĂ/BENEFICIARI:

Programul se adresează tuturor copiilor și tinerilor bucureșteni care doresc să practice sportul pentru o dezvoltare armonioasă psiho-fizică.

În cadrul programului se vor dezvolta, atât, bazele interioare ale unor abilități performante cât și cunoașterea mai multor discipline sportive. Pe de o parte, Programul *Dezvoltare și Sănătate prin Sport se adresează* copiilor și tinerilor care doresc o inițiere în educația fizică specifică unor ramuri sportive pe care le va practica la acest nivel cât și dezvoltarea conștiinței autodepășirii. Pe de altă parte, beneficiarii programului au posibilitatea să opteze pentru o disciplină sportivă preferată pe care să o abordeze cu o mentalitate performantă și să urmeze o carieră sportivă.

VIII. SCOP:

Încurajarea și dezvoltarea sportului de masă și educarea publicului prin sport cu precădere copii și tinerii cu domiciliul în București

IX. CONTEXT ACTUAL:

Activitățile motrice cu caracter formativ-educativ se confruntă cu pericole și provocări nou-apărute, care au impus acest gen de acțiune:

1. statisticile asupra stării de sănătate a populației, cu deosebire a populației tinere, evidențiază creșteri îngrijorătoare ale ratei morbidității, sedentarismul și obezitatea, în special, constituindu-se drept factori favorizanți în apariția diferitelor afecțiuni fizice și psihice;
2. perspectivele unei sănătăți precare și diminuarea capacității motrice a populației pun în pericol dezvoltarea economică durabilă și siguranța națională;
3. diminuarea percepției asupra rolului formativ al educației fizice și sportului, reflectată în reducerea numărului de lecții de educație fizică din curriculum nucleu, pentru anumite categorii de elevi, și a timpului alocat practicării sportului;
4. reducerea alarmantă a numărului de copii și tineri care practică sportul, sub diferite forme;

Din nefericire, marcat de tehnologia modernă, de lumea virtuală care l-au înlănțuit în spațiul închis al locului de muncă sau al casei, omul contemporan s-a depărtat de natură, de arenele sportive. Faptul că mulți copii „practică” astăzi diferite ramuri sportive pe calculator, în timp ce sunt „scutiți” de către părinții excesiv de protectori de orele de educație fizică desfășurate în școală reprezintă un fenomen social real și deosebit de primejdios. Această realitate constituie un semnal de alarmă pentru toți factorii implicați în procesul de formare a tinerei generații. De aceea, cercetătorii din domeniul psihologiei sportului au un rol esențial, nu doar în conturarea unor concepte și metodologii specifice, ci și în readucerea în atenția societății a celebrului dicton al lui Juvenalis: „**Mens sana in corpore sano**”.

Sportul reprezintă o activitate care prin excelență activează toată complexitatea ființei umane, atât sub aspect fizic, cât și intelectual.¹

¹George Vescan - Stabilirea și implementarea obiectivelor la nivel subconstient - Note de curs pentru uzul antrenorilor de lupte, Federația Română de Lupte, 2017



În cadrul caracterului global al educației, educația fizică și sportul prezintă conținuturi și sarcini specifice, cu influențe de sistem asupra individului, în plan fizic, motric, intelectual, estetic și moral. În același timp, educația fizică și sportul pot fi considerate drept forme speciale de educație prin fizic, care conduc nu doar la finalități biologice, ci și la importante aspecte psihologice și sociale. **Educația formală și informală beneficiază de valorile transmise prin educație fizică și sport**, cum sunt acumularea de cunoștințe, motivație, aptitudini, dispoziția de a depune eforturi personale, precum și de calitățile sociale, cum sunt munca în echipă, solidaritatea, voluntariatul, toleranța și fair-play-ul, totul într-un context multicultural².

Totodată, educația fizică și sportul se constituie ca un instrument de **educație pentru sănătate** deoarece promovează respectul pentru organismul propriu și al altora (educația fizică și sportul pentru sănătate). Omul este, în primul rând, o ființă biologică ale cărei componente structural-funcționale sunt, în mod general și specific, influențate prin educație fizică și sport. Funcția de optimizare a potențialului biologic reprezintă, de fapt, punctul de plecare al tuturor influențelor exercitate asupra organismului uman³.

Organizația Mondială a Sănătății promovează, prin programul „Viață activă” (1998), importanța practicării sistematice a activităților fizice pentru sănătate, cu prioritate la copii și tineri. Cercetările au arătat că exercițiul fizic, practicat pe termen lung, îmbunătățește sănătatea fizică și mentală, având o contribuție pozitivă la procesul de învățare și dezvoltare a personalității, la reducerea riscului apariției afecțiunilor fizice și psihice asociate stilului de viață modern. În acest sens, se recomandă practicarea a cel puțin 30 de minute, zilnic, de activitate fizică, ce necesită efort moderat - pentru adulți, și 60 de minute - pentru copii⁴.

Studiile de specialitate au arătat că, prin sport, copiii și tinerii își dezvoltă responsabilitatea, disciplina, spiritul competitiv, respectul față de ceilalți și față de muncă, răbdarea, flexibilitatea, perseverența, orientarea pozitivă către ceilalți, formându-și un caracter frumos și echilibrat. Pe de altă parte **sportul** reprezintă un factor de consolidare a rezistenței la inconveniențele vieții, o dimensiune socială cu un **caracter profund educativ**⁵. Prin sport, copilul experimentează succesul, dar și eșecul, învățând cum să facă față celui din urmă, într-un mod constructiv. Aceste experiențe timpurii au impact asupra viitorului adult, formând un caracter puternic, pregătit să facă față provocărilor vieții și căutând astfel soluții într-un mod activ și creativ.

În contextul punerii în aplicare a Planului de lucru european pentru sport, concluziile Consiliului UE subliniază **importanța sportului în dezvoltarea competențelor**, în special în rândul **copiilor și tinerilor**. Textul arată că sportul, care este în primul rând o activitate de recreere fizică, aduce, de asemenea, valoare adăugată în ceea ce privește o societate mai sănătoasă și, în general, mai favorabilă incluziunii și mai durabilă. Sportul poate dezvolta atitudini și valori sociale pozitive, precum și abilitățile și competențele persoanelor, inclusiv

²Prof. Mincă Vica, Eufrosie Florin, Pîrlea Cătălin, Bosnea Laurențiu, Bulancea Radu, Pionescu Cătălin, Zaharia Marius - "Pledoarie pentru educație fizică și sport" - Propunere legislativă

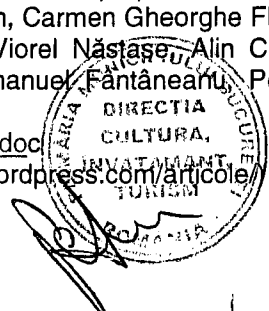
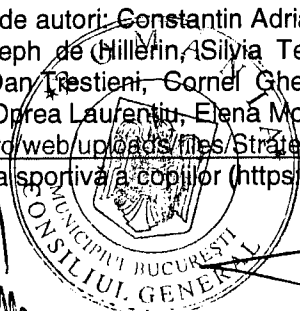
(Sursa: https://isj.vs.edu.ro/download/Educatie_fizica/Pledoarie%20pentru%20educatie%20fizica%20si%20sport.doc)

³ Ibidem

⁴Strategia de organizare și dezvoltare a Sistemului de Educație Fizică și Sport din România pe perioada 2012 – 2020, elaborată de Grupul de autori: Constantin Adrian Dragnea, Constantin Căliman, Carmen Gheorghe Florian Lucian Vasiliu, Pierre Joseph de Hillerin, Silvia Teodorescu, Monica Stănescu, Viorel Năstase, Alin Cătălin Păunescu, Maria Rusu, Dan Trăstieni, Cornel Gheorghe, Alexandru Ionescu, Emanuel Fântâneanu, Pehoiu Constantin, Sică Pușcoi, Oprea Laurențiu, Elena Moscu, București 2012.

Sursa: <http://www.satmar.ro/web/uploads/files/Strategia%20de%20org%20%20EFS.doc>

⁵Andreea Petrea – Educația sportivă a copiilor (<https://psihoterapiesihipnozaclinica.wordpress.com/articole/>)



competențe transversale, cum ar fi capacitatea de a gândi critic, de a lua inițiative, de a rezolva probleme și de a lucra în colaborare⁶.

Având în vedere multiplele legături cu alte activități economice, sportul poate fi considerat un element semnificativ al procesului de dezvoltare, evenimentele sportive având un impact direct și puternic asupra economiilor locale, oferind, de asemenea, oportunități deosebite de marketing și promovare⁷.

De asemenea, studiile de specialitate au arătat că **educația fizică și sportul** sunt **componente ale educației permanente**, în sensul că *elevii trebuie educați și încurajați să practice și să îndrăgească sportul*, întrucât acesta reprezintă un element esențial în menținerea unei vieți sănătoase și echilibrate, ce permite dezvoltarea armonioasă, atât în plan fizic, cât și psihic, ca factor-cheie în evoluția individului⁸. În ceea ce privește populația școlară, prin sport, elevul își dezvoltă responsabilitatea, disciplina, spiritul competitiv, respectul față de ceilalți și față de muncă, răbdarea, flexibilitatea, perseverența, orientarea pozitivă către ceilalți, formându-și un caracter frumos și echilibrat.

Pornind de la aceste teze doctrinare și având în vedere cadrul legislativ intern și reglementările internaționale adoptate în domeniul educației și sportului se dorește ca Programul **DEZVOLTARE ȘI SĂNĂTATE PRIN SPORT** să contribuie la **dezvoltarea personală a copiilor și tinerilor bucureșteni prin intermediul sportului** ca instrument facilitator, astfel încât **componenta educațională** reprezintă dimensiunea principală a programului. Conform datelor Eurobarometru (European Commission, Eurobarometer – Sport and Physical Activity, March 2014), 60% din populația României nu practică deloc activități sportive, aflându-se în grupul statelor membre ale Uniunii Europene care au un procentaj mare al populației care nu practică deloc sport sau orice altă formă de activitate fizică

În lumea anului 2018, tot mai mulți copii/tineri își petrec o mare parte din timp în spații închise, în fața calculatorului / tabletei / telefonului, iar gradul de **sedentarism** este din ce în ce mai ridicat.

Oamenii de știință afirmă ca un copil/tânăr sedentar este acela care:

- petrece mai puțin de 1 oră pe zi făcând mișcare;
- petrece 3 sau mai multe ore în fața televizorului, computerului sau telefonului mobil;

În afara problemelor de greutate asociate cu sedentarismul în rândul copiilor/tinerilor, există și alte probleme de sănătate care pot să apară din pricina nivelului redus de activitate fizică în copilărie, cum ar fi: **insomnia, depresia, scăderea acuității vizuale, diabetul de tip II, bolile cardiovasculare și ale sistemului osos.**

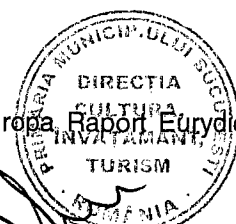
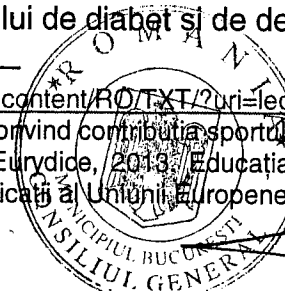
Medicii spun că mișcarea fizică este extrem de importantă pentru dezvoltarea armonioasă a copiilor/tinerilor, creșterea longevității și prevenirea bolilor circulatorii și cardiace mai târziu în viață. Copiii/tinerii inactivi vor deveni, în cele mai multe cazuri, adulți inactivi. Activitatea fizică ajută la:

- controlul greutății corporale;
- reducerea presiunii arteriale;
- creșterea nivelului de colesterol bun HDL;
- reducerea riscului de diabet și de dezvoltare a unor tipuri de cancer;

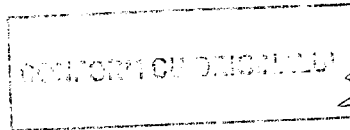
⁶ http://eur-lex.europa.eu/legal-content/RO/TXT/?uri=legissum:150601_1

⁷ Comisia Europeană - Studiu privind contribuția sportului la dezvoltarea regională

⁸ Comisia Europeană/EACEA/Eurydice, 2013/ Educația fizică și sportul în școlile din Europa, Raport Eurydice. Luxemburg: Oficiul pentru publicații al Uniunii Europene



- îmbunătățirea stării generale de bine;
- creșterea încrederii în forțele proprii;
- creșterea stimei de sine;
- dezvoltarea abilităților sociale, datorită imaginii pozitive asupra sinelui;
- dezvoltarea de țesut musculo-scheletic sănătos (oase, mușchi și articulații);
- dezvoltarea unui sistem cardiovascular sănătos (inimă și plămâni);
- îmbunătățirea controlului neuromuscular (coordonarea corpului).



Totodată, activitatea fizică este asociată și cu o serie de beneficii psihologice la vârste tinere, participând la dezvoltarea de mecanisme sănătoase în controlul simptomelor de **anxietate și depresie**.

Mai mult decât atât, participarea la activități fizice asistă dezvoltarea socială a copiilor și adolescenților, oferind **oportunități excelente de liberă exprimare, întărire a încrederii în sine și stimulare a interacțiunii sociale și a integrării în grupuri**.

Studiile de specialitate au observat că tinerii care duc un stil de viață activ sunt mai predispuși adoptării de obiceiuri sănătoase (precum evitarea fumatului, a consumului de alcool etc.) și obținerii unor rezultate mai bune la școală.

Experții spun că toți copiii mai mari de doi ani trebuie să fie încurajați să participe la activități fizice plăcute, care implică depunerea unui efort moderat.

O altă problemă identificată în rândul copiilor/tinerilor este puținul timp petrecut în aer liber. Timpul petrecut în aer liber este o imagine clasică a copilăriei – dar este una care a scăzut de-a lungul timpului, datorită unei serii de factori, cum ar fi creșterea dependenței de tehnologie, reducerea timpului liber și problemele de siguranță percepute.

Există dovezi că unele probleme comportamentale sau emoționale la copii, cum ar fi tulburarea de deficit de atenție, pot fi îmbunătățite prin expunerea la spațiul verde și la aer liber.

Un alt aspect important care împiedică un grup mare de copii / tineri cu potențial sportiv (descoperit și / sau nedescoperit), să practice un sport este **costul ridicat** (tarifele lunare impuse de cluburile private, precum și costurile echipamentelor, cantonamentelor, turneelor, etc.).

Dintr-o analiză economică simplă rezultă că mărimea cererii către o anumită disciplină sportivă este dependentă de preț, cu cât prețul și costurile activităților sportive sunt mai mari, cu atât cererea va fi mai mică.

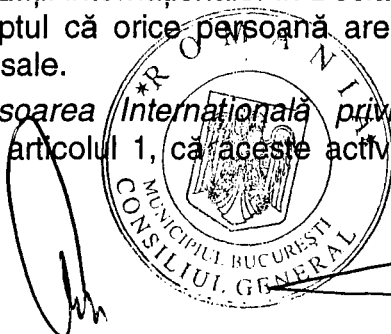
Mai mult decât prețul, mai sunt două aspecte calitative importante:

- calitatea și nivelul activităților în care sunt angrenați copiii și tinerii;
- confortul, calitatea și accesibilitatea acestora la activitățile sportive.

X. CADRUL LEGISLATIV

Educația fizică și sportul reprezintă drepturi fundamentale ale omului, recunoscute de marile organizații internaționale. În *Declarația Universală a Drepturilor Omului* (ONU, 1948) se stipulează faptul că orice persoană are dreptul la educație, în scopul dezvoltării depline a personalității sale.

În *Scrisoarea Internațională privind Educația Fizică și Sportul*, UNESCO (1978) stabilește, la articolul 1, că aceste activități reprezintă „un drept fundamental al tuturor”, iar



exercitarea lui are multiple efecte asupra stării de sănătate și a dezvoltării personalității oamenilor.

În *Convenția asupra Drepturilor Copilului* (ONU, 1989), în *Convenția împotriva Discriminării în Educație* (ONU, 1960), în alte tratate și declarații, **educația fizică și sportul** sunt considerate *activități prin care se asigură dreptul la educație*.

În baza experienței acumulate în cursul *Anului European al Educației prin Sport* Comisia Europeană încurajează sprijinirea activităților fizice și sportive prin intermediul diferitelor inițiative politice, în domeniul educației și al formării.

Potrivit prevederilor *Rezoluției Parlamentului European din 13 noiembrie 2007 privind rolul sportului în educație (2007/2086)* se reafirmă interesul legitim al UE pentru sport, în special pentru aspectele sociale și culturale ale acestuia, precum și pentru valorile educaționale și sociale pe care le transmite, ca autodisciplina, autodepășirea, solidaritatea, competiția onestă, respectul pentru adversar, integrarea socială, opoziția față de orice formă de discriminare, spiritul de echipă, toleranța și sportivitatea.

În baza aceluiași document European se subliniază faptul că, în societatea noastră multiculturală, **sportul poate și ar trebui să facă parte din educația formală și informală**, cercetările arătând că activitatea fizică regulată îmbunătățește starea psihică și fizică, având totodată efecte benefice asupra capacităților de învățare.

Prin efectul art. 165 al Tratatului de la Lisabona⁹ se oferă Uniunii Europene o bază legală pentru o nouă competență în domeniul sportului, care face apel la acțiune pentru dezvoltarea dimensiunii europene a sportului. De asemenea, Tratatul dă dreptul Uniunii Europene să "contribuie la promovarea obiectivelor europene ale sportului" și recunoaște funcția socială și educativă a sportului.

În Cartea albă privind sportul, (Comisia Europeană, 2007), Comisia a punctat faptul că timpul petrecut atât pentru practicarea directă cât și pentru participarea la activitățile sportive, respectiv în cadrul orelor de educație fizică din școală, în cadrul activităților extracurriculare, precum și în orice alt context social, pot produce efecte benefice substanțiale pentru educație și sănătate

Potrivit tratatelor privind UE, sportul este un domeniu în care măsurile luate de UE ar trebui să sprijine, să coordoneze și să completeze acțiunile autorităților naționale. Referitor la "Evenimentele sportive și consolidarea integrității sportului", Comisia Europeană subliniază importanța rolului ce revine autorităților publice naționale, regionale și locale în finanțarea, infrastructura și planificarea evenimentelor sportive. În acest sens Comisia consideră că evenimentele sportive majore oferă ocazii de a celebra performanța, valorile și beneficiile sportului. De asemenea, Comisia consideră că acestea au un impact economic, social și de mediu important asupra zonelor în care sunt organizate¹⁰.

În ceea ce privește legislația națională, Legea educației naționale nr. 1/2011, cu modificările și completările ulterioare, consacră principiul promovării educației pentru sănătate, inclusiv prin educația fizică și prin practicarea activităților sportive, ca principiu care guvernează învățământul preuniversitar și superior, cât și învățarea pe tot parcursul vieții din România, aspecte întărite prin Legea Educației fizice și sportului nr. 69/2000, cu modificările și completările ulterioare, care stipulează că educația fizică și sportul sunt activități de interes național sprijinite de stat, care recunoaște și stimulează acțiunile organizatorice și de promovare a educației fizice și sportului, desfășurate de autoritățile administrației publice, în ceea ce privește activitățile "educația fizică", "sportul școlar și universitar", "sportul pentru toți", "sportul de performanță" etc.

⁹ Tratatul privind funcționarea Uniunii Europene, 2009, versiune consolidată - JO C83, 30.03.2010, pp. 147-199
¹⁰ http://eur-lex.europa.eu/legal-content/RO/TXT/?uri=LEGISSUM:150601_2



Totodată, în temeiul art. 3 alin. 1 și alin. 2 din Legea nr. 69/2000 a sportului, "autoritățile administrației publice au obligația să sprijine **sportul pentru toți** și sportul de performanță, să asigure condițiile organizatorice și materiale de practicare a educației fizice și sportului în comunitățile locale și să asigure, cu prioritate, copiilor de vârstă preșcolară, tinerilor și persoanelor în vârstă condiții pentru practicarea exercițiului fizic, în vederea integrării sociale".

Prin efectul art. 11 alin. 1 raportat la art. 10 din Legea nr. 69/2000, „în vederea menținerii sănătății, a recreării și socializării cetățenilor, din fonduri de la bugetele locale, cu destinația pentru **activitatea sportivă și de tineret**, structurile administrației locale sprijină Programul "Sportul pentru toți", privit ca un complex de activități bazate pe practicarea liberă a exercițiului fizic într-un mediu curat și sigur, individual sau în grup, organizat ori independent".

Invocăm de asemenea prevederile 36 alin. 2 lit. d), alin. 6 lit. a) din Legea nr. 215/2001 a administrației publice locale, cu modificările și completările ulterioare, potrivit cărora "Consiliul local exercită atribuții privind gestionarea serviciilor furnizate către cetățeni și asigură, potrivit competențelor sale și în condițiile legii, cadrul necesar pentru furnizarea serviciilor publice de interes local privind: educația, tineretul, sportul ... alte servicii publice stabilite prin lege".

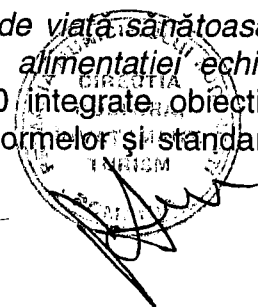
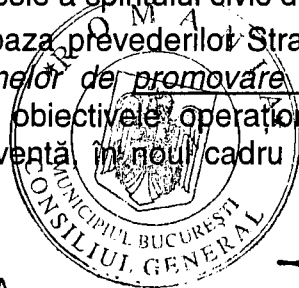
În baza art 3 din Legea tinerilor nr. 350/2006, autoritățile administrației publice locale, unitățile, instituțiile și serviciile publice subordonate acestora au obligația să sprijine activitatea de tineret și să asigure cadrul adecvat de desfășurare a acesteia la nivel național și local, în condițiile legii". Potrivit prevederilor cuprinse în art. 4 din aceeași lege, sporirea gradului de participare a tinerilor la viața publică și încurajarea acestora în vederea asumării responsabilităților individuale sau de grup reprezintă unul din principiile generale potrivit căruia se elaborează politicile în domeniul tineretului.

În temeiul prevederilor cuprinse în HG nr. 1460/2008 pentru aprobarea **Strategiei naționale pentru dezvoltare durabilă - Orizonturi 2013-2020-2030**, "în societatea românească există o largă recunoaștere a faptului că educația reprezintă factorul strategic al dezvoltării viitoare a țării prin contribuția sa esențială la modelarea multidimensională și anticipativă a capitalului uman. Educația este percepută ca o cale spre dezvoltarea durabilă care, în fapt, este un proces de învățare socială în căutare de soluții inovative".

Potrivit prevederilor cuprinse în Strategia națională pentru dezvoltare durabilă "**promovarea principiului educației permanente** prin învățarea pe tot parcursul vieții reprezintă pentru România o direcție de acțiune prioritară. Preocupările în acest domeniu sunt esențiale pentru dezvoltarea personală, civică și socială, precum și din perspectiva șanselor de obținere a unui loc de muncă mai bine remunerat prin valorificarea rezultatelor învățării dobândite, în contexte formale cât și non-formale sau informale. Programele și formele de educație permanentă se adresează tuturor grupelor de vârstă, dar au o **importanță specială în cazul tinerilor**

În ceea ce privește domeniul "educație" Strategia afirmă că educația pentru dezvoltare durabilă nu trebuie să se rezume la un punct de vedere ecologist. Ea se dezvoltă ca un concept larg și cuprinzător, reunind aspecte interconectate referitoare la mediu, ca și la problemele economice și sociale. Raportarea la gama extinsă și diversificată de teme care se asociază principiilor dezvoltării durabile necesită o abordare inter- și trans-disciplinară în formule educaționale integrate, cross-curriculare și complementare, care țin seama totodată de specificitatea condițiilor locale, naționale și regionale, ca și de contextul global. Sistemul de educație și formare profesională va valorifica participarea proactivă, și va promova voluntariatul ca expresie a spiritului civic dobândit cu sprijinul școlii.

Totodată, în baza prevederilor Strategiei "**creșterea speranței de viață sănătoasă prin dezvoltarea programelor de promovare a activităților sportive și a alimentației echilibrate**" reprezintă unul din obiectivele operaționale prioritare Orizont 2020 integrate obiectivului: Promovarea consecventă, în noul cadru legislativ și instituțional, a normelor și standardelor



UE cu privire la incluziunea socială, egalitatea de șanse și sprijinirea activă a grupurilor defavorizate.

În temeiul prevederilor cuprinse în HG nr. 1460/2008 pentru aprobarea Strategiei naționale pentru dezvoltare durabilă - Orizonturi 2013-2020-2030, sistemul educațional din România reconectează tradiția școlii românești la conceptul de **educație pentru dezvoltare durabilă** ale cărei conținuturi tematice sunt transversal integrate în sisteme educaționale formale, non-formale și informale pe trei dimensiuni: socio-culturală, ambientală și economică prin măsuri specifice:

- Conținuturi de **educație socio-culturală** pe teme locale și universale precum: drepturile omului, pacea și securitatea oamenilor, egalitatea sexelor, diversitate culturală, educație interculturală, **educație pentru sănătate** și pentru calitatea vieții, educația **pentru timpul liber** etc;

- Conținuturi de educație și formare prin competențe și proatitudini (a avea înțelegerea realității lumii pentru sine și pentru alții; a poseda cunoștințe generale și a se specializa într-un domeniu de activitate dat; a continua să înveți și a urmări **educația pe tot parcursul vieții** într-o societate care învață); abilități și aptitudini (a lucra singur sau în echipă cu alții, cu integritate și cu cinste, făcând dovadă de onestitate, punctualitate și responsabilitate; a se adapta situațiilor diverse; a cunoaște și a înțelege probleme și dificultăți, a face dovadă de creativitate și de gândire critică pentru a găsi soluții, a rezolva conflicte fără recurs la violență); etica în mijlocul dezvoltării durabilității sociale.

Potrivit Strategiei, în acest cadru general, se vor realiza programe adaptate și diferențiate pentru mediul urban și cel rural în privința cultivării sustenabilității și implicării proactive a tinerilor în aplicarea unor proiecte și programe **compatibile cu obiectivele dezvoltării durabile**

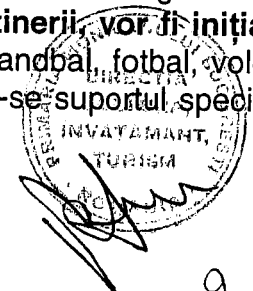
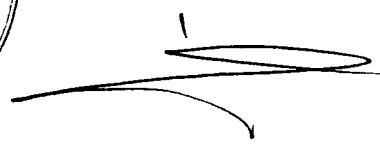
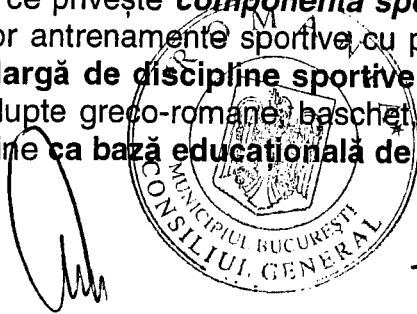
XI. OBIECTIVE:

În principal, **obiectivul** Programului DEZVOLTARE ȘI SĂNĂTATE PRIN SPORT rezidă în *educarea publicului prin sport, încurajarea sportului de masă, dezvoltarea dimensiunii social - recreative și a programelor de timp liber la nivelul Capitalei, precum și satisfacerea interesului copiilor și tinerilor pentru unele discipline sportive individuale sau de echipă (handbal, baschet, volei, fotbal, tenis, oină, tenis de masă, șah, arte marțiale, gimnastică, box, atletism etc).*

În contextul celor mai sus arătate Programul DEZVOLTARE ȘI SĂNĂTATE PRIN SPORT se dorește a fi unul cu caracter complex ce își propune să integreze trei componente esențiale: a)dimensiunea educativă; b)componenta ludică c)dimensiunea sportivă-competitională.

Dimensiunea educativă se regăsește în special la nivelul populației școlare și vizează locul și rolul sportului individual/pe echipe în cadrul sportului școlar. Programul DEZVOLTARE ȘI SĂNĂTATE PRIN SPORT este conceput astfel încât participarea copiilor și tinerilor la activități sportive să reprezinte o atracție deosebită, dinamică, cu caracter de întrecere, care să scoată în evidență atât nevoia de mișcare pentru o viață sănătoasă, cât și și conduita ludică.

În ceea ce privește **componenta sportivă**, în cadrul activităților specifice Programului, sub forma unor antrenamente sportive cu participare gratuită, **copiii și tinerii vor fi inițiați într-o paletă largă de discipline sportive individuale și de echipă** (handbal, fotbal, volei, arte marțiale, lupte greco-romane, baschet, înot, atletism, etc), folosindu-se suportul specific fiecărei discipline **ca bază educațională de dezvoltare.**



În deplină concordanță cu cadrul legislativ în vigoare, **în subsidiar**, Programul DEZVOLTARE ȘI SĂNĂTATE PRIN SPORT își propune realizarea următoarelor **obiective**:

- 1) promovarea practicării sportului de masă, ca instrument educațional și mijloc de menținere a sănătății susținerea, încurajarea copiilor / tinerilor de a practica un sport sau orice alt tip de activitate asociat cu mișcarea fizică;
- 2) *revitalizarea mișcării sportive de masă* în rândul cetățenilor Capitalei, respectiv, promovarea la nivelul Capitalei, a activităților social-recreative, sportive și de timp liber; implicarea copiilor și tinerilor în activități care combină sănătate, joacă, entuziasm și performanță;
- 3) dezvoltarea spiritului de competitivitate și combativitate al participanților, trasaturi de caracter absolut necesare în reușita personală din viața socială;
- 4) stimularea team-work-ului prin implicarea beneficiarilor în organizarea și desfășurarea activităților propuse
- 5) încurajarea elevilor din Capitală în direcția practicării sportului individual/pe echipe, ca o alternativă de petrecere a timpului liber, înscrisă în cadrul categoriei de "activități extracurriculare"
- 6) oferirea unor alternative facile de a face sport în imediata apropiere a domiciliului astfel încât copilul/tânărul să aibă un timp cât mai scurt pentru deplasarea de la/până la locul de antrenament;
- 7) oferirea unui cadru relaxat, fără presiunea rezultatelor, unde copilul/tânărul poate face din sport un stil de viață;
- 8) menținerea sănătății copiilor / tinerilor prin reducerea gradului de sedentarism; scăderea gradului de obezitate și prevenirea acestuia;
- 9) facilitarea accesului copiilor / tinerilor din toate mediile, la practicarea unui sport prin oferirea unor servicii gratuite ;
- 10) dezvoltarea unor programe de activitate fizică special destinate persoanelor din categorii defavorizate;
- 11) descoperirea și dezvoltarea talentelor sportive;
- 12) dezvoltarea spiritului de echipă;

SECRETAR GENERAL

XII. ACTIVITĂȚI:

În ceea ce privește **componenta sportivă**, în cadrul activităților specifice Programului, sub forma unor antrenamente sportive cu participare gratuită, **copiii și tinerii, vor fi inițiați într-o paletă largă de discipline sportive individuale și de echipă** (handbal, fotbal, volei, arte marțiale, lupte greco-romane, baschet, înot, atletism, etc), folosindu-se suportul specific fiecărei discipline **ca bază educațională de dezvoltare**.

La școală, în familie sau în societate, în general, implicarea atenției reprezintă un factor al reușitei sau succesului, iar slăbiciunea ei – ca factor generator de erori și eșecuri. Este și motivul pentru care antrenamentele, astfel cum vor fi repartizate pe discipline sportive - individuale și de echipă- dispun de un registru educațional ce va integra teme precum "încrederea în sine", "comunicarea în echipă", "gândirea eficientă", "maxim de eficiență cu





minim de efort”, “disciplina interioară”, “depășirea zonei de confort”¹¹ (depășirea obișnuințelor neperformante), “atenția” (jocuri interactive), “exprimare corporală” și “relaxarea”.

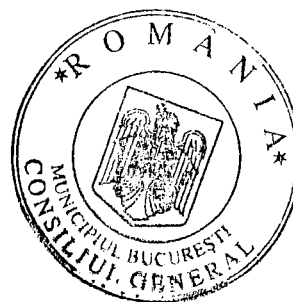
Având în vedere că dimensiunea **educațională** reprezintă **componenta** principală a programului, în cadrul registrului tematic “atenția” va ocupa locul central deoarece reprezintă factorul principal în procesul de învățare și educare¹².

Beneficiarii programului urmează să cunoască temele abordate într-o manieră experimentală, cu posibilitatea de a le generaliza la școală, în familie ori societate. În concret, în cadrul activităților specifice Programului, obiectivele de antrenament urmează a fi focalizate spre dezvoltarea cunoștințelor și abilităților psihologice, astfel încât antrenamentele vor fi coordonate de către antrenori și alte persoane specializate în raport cu disciplinele sportive.

• **În primul an, iunie 2018 – iunie 2019, ne propunem desfășurarea de activități la 17 discipline sportive în cele șase sectoare ale Municipiului București și anume:**

- 1) Handball
- 2) Baschet
- 3) Volei
- 4) Fotbal
- 5) Tenis
- 6) Oina
- 7) Tenis de masă
- 8) Șah
- 9) Arte marțiale
- 10) Gimnastică & fitness (aerobică, ritmică, artistică)
- 11) Box
- 12) Atletism
- 13) Dansuri
- 14) Badminton
- 15) Ciclism
- 16) Majorete și aerobic
- 17) Sport pentru persoanele cu nevoi speciale.

CONFORM CU DECIZIUNEA



¹¹ “Depășirea obișnuințelor neperformante se referă la unele comportamente copiate din familie, de la alți colegi sau cel mai des de la televizor. Agresivitatea, limbajul nepotrivit, lipsa de toleranță și respect pentru ceilalți, dorința de afirmare prin indisciplină sunt comportamente care fac parte din felul de a fi al unor elevi. Aceste atitudini exprimă modul în care copilul s-a adaptat la mediul în care trăiește. Deși aceste comportamente le creează situații neplăcute, puterea obișnuinței și acțiunea mediului imediat îi limitează în a înțelege că pot fi și altfel, că în esența lor sunt minunați și ascund un mare talent” (George Vescan – Sport pentru dezvoltare personală; Sursa: <http://www.csdinamo.eu>)

¹² “Atenția este prima realitate psihică ce se evidențiază, ori de câte ori facem analiza unor rezultate concrete. Atenția poate fi definită ca proces psihofiziologic de orientare, concentrare și potențare selectivă a funcțiilor și activităților psihocomportamentale în vederea realizării obiectivelor dorite. Atenția este dependentă de voință și motivație de aceea trebuie folosită plăcerea copiilor, într-o activitate, pentru a le menține interesul și atenția mai mult timp. (George Vescan – Sport pentru dezvoltare personală; Sursa: <http://www.csdinamo.eu>)

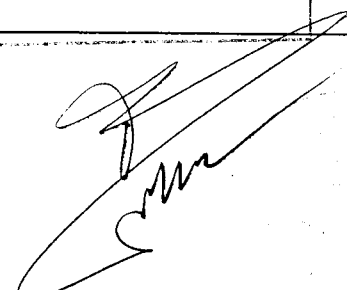
- **Activitățile la sporturile de apă (natația și polo) și sporturile de iarnă (hochei, patinaj) se vor dezvolta în funcție de infrastructura disponibilă.**

Pentru dezvoltarea unei discipline sportive este necesar un număr minim de 30 de beneficiari înscriși, în fiecare sector. În funcție de tipul sportului vor fi angajați un număr de antrenori direct proporționali cu numărul de copii/tineri înscriși.

Promovarea programului se va realiza prin mass-media, prin încheierea de parteneriate cu organizații implicate în procesul educațional-sportiv, precum, Inspectoratul Școlar al Municipiului București, cu Inspectoratele școlare din fiecare sector, Direcția de Sănătate Publică, unități de învățământ, precum și orice alt mijloc de comunicare și publicitate.

- **Dezvoltarea altor discipline sportive, în funcție de studii, sondaje și cerințele beneficiarilor/ grupului țintă.**

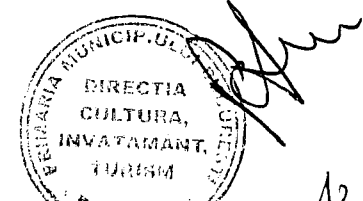
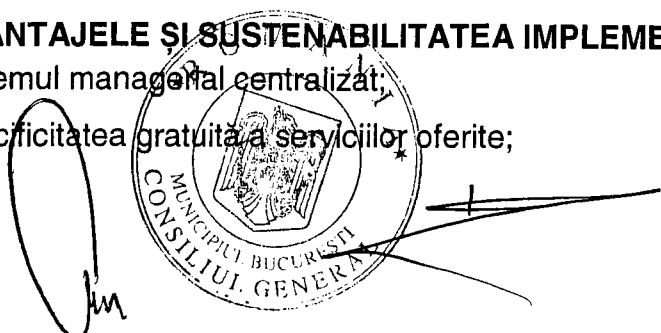
XIII. DEVIZ DE CHELTUIELI:

Costuri/beneficiar		
Săptămânale	Lunare	Semestriale
Gustări și apă:	Antrenamente: -Reprezintă salariile antrenorilor	Echipamente (trening, tricou, ghete, sort, geacă de iarnă, geacă de ploaie, geantă, etc. :
Meciuri/competiții (taxa de meci/competiție include chirie spațiu, arbitru, asistență medical, etc.):	Materiale sportive auxiliare (mingi, jaloane, conuri, porți, elemente specifice etc).	Deplasări (cantonamente, tabere, turnee): reprezentând cazare, masă, transport, antrenamente, taxe de turneu, etc.
	Chirii spații de sport (baze sportive, terenuri):	CONTRACT DE CHIRIE
	Asistență medicală: - reprezintă salariile cadrelor medicale, echipamente și materiale de prim ajutor, medicamente, etc.	
TOTAL:	TOTAL:	TOTAL:
TOTAL CHELTUIELI ANUAL	lei/beneficiar/an	
TOTAL CHELTUIELI PE ZI	lei/an: 365 = lei/an	

Tarifele/beneficiar urmează a fi stabilite prin intermediul unei cercetări de piață, în funcție de sport, la care se adaugă cheltuielile legate de competiții, echipamente, cantonamente, tabere sportive, turnee, asistență medicală, etc.

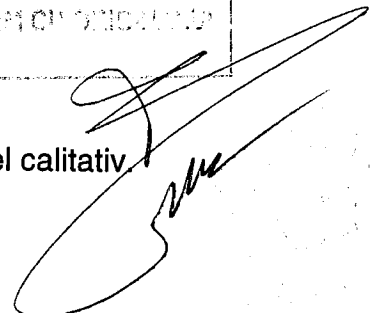
XIV. AVANTAJELE ȘI SUSTENABILITATEA IMPLEMENTĂRII PROIECTULUI:

- Sistemul managerial centralizat;
- Specificitatea gratuită a serviciilor oferite;



- c) Proiecte noi cu tehnologii avansate și servicii ridicate;
- d) Promovare și reclamă;
- e) Forța de muncă și resurse umane calificate;
- f) Capacitate managerială specializată;
- g) Oferirea de servicii diversificate la cel mai înalt nivel calitativ.

COMUNA OTVINDULUI



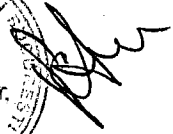
XV. REZULTATE AȘTEPTATE:

În principal, rezultatul așteptat al Programului rezidă în creșterea gradului de participare și implicare în activități fizice și sportive în rândul copiilor și tinerilor la nivelul Municipiului București, astfel încât, cunoștințele și abilitățile dezvoltate prin practicarea activităților sportive să sprijine o creștere armonioasă și globală, care să facă diferența între viitorul om de succes și ceilalți oameni din cadrul aceluiasi sistem social. În acest sens, adevăratele valori ale sportului: performanța, fairplay-ul și spiritul de echipă, vor fi insuflăte copiilor încă de la cele mai fragede vârste.

În subsidiar rezultatele așteptate sunt:

- a) Dezvoltarea conceptului și ideii de sport de masă/ sport pentru toți
- b) Creșterea interesului copiilor/ tinerilor în a practica un sport;
- c) Îmbunătățirea calității vieții copiilor și tinerilor și oferirea de alternative sănătoase de petrecere a timpului liber;
- d) Creșterea numărului de copii / tineri care practică un sport în mod organizat;
- e) Creșterea gradului de implicare a populației tinere, și nu numai, în activități sportive de masă prin participarea propriu-zisă dar și prin activități de voluntariat în organizarea efectivă;
- f) Creșterea prestigiului sportului ca fenomen național, sporirea contribuției sale la mai buna cunoaștere a tinerilor prin creșterea continuă a performanțelor sportive;
- g) Angajarea unui număr mare de antrenori/instructori sportivi care vor însemna forță de muncă și resurse umane calificate;
- h) Îmbunătățirea, întărirea și menținerea sănătății copiilor / tinerilor și scăderea gradului de obezitate;
- i) Îmbunătățirea accesului copiilor / tinerilor din toate mediile, la practicarea unui sport.
- j) Crearea unor programe de activitate fizică special destinate persoanelor din categorii defavorizate;
- k) Descoperirea și dezvoltarea talentelor sportive;
- l) Devoltarea spiritului de echipă;
- m) Disciplinare prin sport.





XVI. CONCLUZII

Educația fizică reprezintă o componentă a educației, exprimată printr-un tip de activitate motrică ce dispune de forme de organizare și reguli de desfășurare, care urmărește optimizarea potențialului biomotric și psihic al individului, în vederea creșterii calității vieții. Sportul este o activitate de întrecere, constituită din ansamblul ramurilor de sport, care are drept obiectiv dezvoltarea condiției fizice și psihice a individului, pentru obținerea de performanțe în competițiile de toate nivelurile.

Educația fizică și sportul dezvoltă o arie complexă de interese, trebuințe, motivații. Educă ambiția, curajul, emulația, atenția distributivă, hotărârea, fermitatea, perseverența, calmul, modestia, onestitatea, multiple trăsături de voință și caracter. Calitățile intelectuale, calitățile fizice și calitățile morale se conturează cu maximum de durabilitate și eficiență în activitățile corporale.

Pornind de la realitatea că sportul reprezintă sănătatea unei națiuni, autoritățile locale de la nivelul Municipiului București, în cadrul măsurilor de politică locală pe domenii de intervenție, susțin în mod constant teza potrivit căreia, **pe lângă investițiile în infrastructură, pe lista de priorități a orașului trebuie să se regăsească și sportul.**

În acest context devine importantă și oportună sprijinirea educației fizice și sportului prin **finanțarea unor programe/proiecte adresate publicului larg, în scopul creșterii implicării tuturor copiilor și tinerilor din Capitală, fără nicio discriminare, în acțiuni educațional-sportive integrate unor activități de timp liber.**

În realitate, prin intermediul acestui demers se dorește **integrarea Capitalei României în grupul capitalelor statelor europene care au demarat și finalizat importante investiții în sport și derulează permanent astfel de programe cu acces gratuit pentru cetățeni.**

Astfel, într-o analiză comparată, exemplificăm **Cazul "Ungaria"** unde Guvernul din țara vecină a inițiat diverse programe pentru relansarea sportului, a alocat resurse financiare substanțiale și a scutit de taxe pe cei care au investit în infrastructură¹³.

De asemenea putem exemplifica și **Cazul "Marea Britanie"** cunoscută și sub denumirea de *"a doua mare națiune din lume în sport"*. Pentru a ajunge la acest statut, britanicii au alocat resurse financiare importante la sport și au reconstruit infrastructura, un moment culminant în acest sens fiind și obținerea dreptului de a găzdui în 2012 întrecerile JO de la Londra.

În **Cazul "Olanda"**, Comitetul Olimpic a procedat la implementarea a numeroase *programe de încurajare a sportului de masă* și la înființarea unor *academii de sport* în sectorul juvenil, în scopul atragerii cât mai multor oameni către sport. Astfel, cel puțin 65% din populația țării practică azi sport de cel puțin 12 ori pe an. Noul target fixat de forul olandez este să ajungă la 75% din populația țării, care să facă mișcare. De asemenea, jumătate din populația olandeză practică sport de cel puțin 40 de ori pe an și 29% din populație este membru a unui club sau a altui furnizor de sport. Cu o masă critică foarte ridicată a populației care practică sportul, Olanda dispune de o arie generoasă de selecție și recrutare a sportivilor de performanță¹⁴.



¹³ Marius Huțu – Reforma sportului în Revista de cultură și educație sportivă "Sport în România", Editura Asociației Presei Sportive (Sursă: <http://www.sport-inromania.ro/articole/sport/reforma-sportului>)

¹⁴ Ibidem