



НАРЪЧНИК

С ДОБРИ ПРАКТИКИ



По проект „YOUTH FOR THE FUTURE”-

№ accreditation - 2022-1-BG01-KA150-YOU-000105957

Проект № 2023-1-BG01-KA151-YOU-000127741

01.06.2023 – 31.08.2024



Co-funded by
the European Union



СЪДЪРЖАНИЕ:

1. Въведение.....	3 стр.
2. Документи.....	4 стр.
3. Дейности.....	7 стр.
5. Препоръки.....	23 стр.



Co-funded by
the European Union



ВЪВЕДЕНИЕ

Спортът има уникалната възможност да създава благоприятна за младите среда и равенство. Чрез участие в различни дейности, младите хора, изпитвайки чувство за принадлежност генерират увереност и лично удовлетворение от постигането на отборните цели.

ЦЕЛИ:

- да предостави на младите хора с по-малки възможности и на тези с увреждания, възможност за интеграция и международен обмен
- насърчаване на взаимното разбирателство между младите хора в различни страни
- да се даде възможност на участниците да получат кръстосани умения и лидерски нагласи чрез спорт и неформално обучение
- насърчаване на ангажираността на младите хора в образованието или на пазара на труда
- да стимулира духа на инициативността, креативността и предприемачеството на младите хора
- да повиши осведомеността за програмата ЕРАЗЪМ+ и да се разпространят основните ценности на ЕС сред младите хора

По-конкретно младежкият обмен има за цел:

- насърчаване на межкултурния диалог, на опознаването и възприемането на европейската принадлежност;
- развиване на уменията и нагласите на младежите;
- укрепване на европейските ценности и разрушаване на предразсъдъците и стереотипите;
- повишаване на осведомеността по социално значими теми и по този начин, стимулиране на ангажираността в обществото.



Co-funded by
the European Union



МЕЖДУНАРОДНИ ДОКУМЕНТИ

Програмата „Еразъм+“ подкрепя неформалната образователна мобилност на младежи под формата на младежки обмен с цел младежите да се ангажират и да получат възможност да станат активни граждани, да бъдат свързани с европейския проект и да получат съдействие за придобиване и развиване на компетентности за живота и за професионалното си бъдеще. Целите на проекта съответстват на конкретни приоритети на програмата ЕРАЗЪМ+: младежи, младежка мобилност и неформално образование. Категория ЕРАЗЪМ + за младежки обмен ни представя перфектна рамка за разработване на нашият проект – ние предложихме международен опит за мобилност чрез организиране на младежки обмен, в който участваха младежи с малки възможности и младежи с увреждания. Освен това искахме да повишим информираността на участниците относно възможностите, предлагани от пазара на труда и образователната система и благодарение на неформалното обучение да им позволим да развиват компетентности, да откриват нови култури, ценности и навици, които да им дадат шанс да променят професионалния си път и да участват в дейностите на обществото.



Co-funded by
the European Union



Стратегията на Европейския съюз за младежта за периода 2019—2027 г. определя рамка за европейското сътрудничество в областта на младежта въз основа на съобщението на Комисията от 22 май 2018 г., озаглавено „Ангажиране, свързване и овластяване на младите хора: нова стратегия на ЕС за младежта“. Стратегията насърчава участието на младежите в демократичния живот, подпомага социалното и гражданското участие и има за цел да гарантира, че всички младежи разполагат с необходимите ресурси, за да участват в обществения живот.

Стратегията на ЕС за младежта включва и процес на диалог по въпросите на младежта, като в този контекст през 2018 г. бяха разработени 11 европейски цели за младежта. Тези цели набелязват междусекторни области, които засягат живота на младежите, и посочват предизвикателствата. Стратегията на ЕС за младежта следва да допринася за осъществяването на тази визия на младежите. В рамките на основната област „Свързване“ стратегията на ЕС за младежта насърчава и улеснява връзките, отношенията и обмена на опит между младежите. Третата европейска цел е ПРИОБЩАВАЩИ ОБЩЕСТВА, което точно отговаря и на една от нашите цели за приобщаване на младежи с проблеми и младежи с увреждания към обществото чрез неформално обучение и способностите на спорта. Втората европейска цел е Равенство на всички полове. Ние се опитахме да спазим равенството на половете, избирайки младежите за участие в обмените.

ПАРТНЬОРИ

1. Спортен клуб "Усмивка" (SCS) е българска неправителствена организация, чиято дейност е насочена към развитието и насърчаването на физическата активност сред младите хора. Неговата мисия е „да популяризира здравословния начин на живот и да подобри здравето, физическата годност, психологията и дълголетието на нацията чрез системна физическа активност и спорт за всички“. Клубът организира редовна програма от баскетболни/спортни лагери в България, Сърбия и Италия за млади хора от цяла Европа. Той предоставя възможности на младежите да участват в мултикултурен лагер, с възможност да се учат от различни култури, да подобряват езикови умения и да се сприятеляват. SCS е насочена към млади членове в неравностойно положение и в неравностойно положение, които се намират в това състояние поради различна социална, географска и финансова основа.



Co-funded by
the European Union



Основните дейности и постижения на SCS могат да бъдат обобщени, както следва:

- Баскетболни лагери: клубът организира редовна програма от баскетболни/спортни лагери в България, Сърбия и Италия за млади хора от цяла Европа. Той предоставя възможности за млади момчета и момичета да участват в мултикултурен лагер, с последващата възможност да се учат от различни култури, подобряване на езиковите умения и създаване на приятели. Например:

- МНОГОСПОРТЕН КАМП (СЪРБИЯ): Децата, които участват в този лагер, придобиват основни умения в редица спортове, включително: баскетбол, футбол, плуване, проследяване, волейбол, лека атлетика и бойни изкуства. Дейностите се провеждат от доброволчески треньори/студенти с основна цел да използват състезателна спортна дейност за популяризиране на ценности като работа в екип, лидерство и комуникация.

- МЕЖДУНАРОДЕН КАМП по БАСКЕБОЛ (БЪЛГАРИЯ): най-голямото баскетболно събитие в страната, което наброява 400 души, участващи в събитието през 2016 г. През 2017 г. повече от 450 деца, треньори и хора с увреждания се присъединиха към лагера. През лятото на 2018 г. се проведе третото издание на лагера, което наброява 650 участници. В него участваха деца, треньори и баскетболни клубове от 11 държави. Лагерът има за цел да предостави на участниците достъп до международни коучинг техники, предоставени от висококачествени треньори от Италия, Сърбия, САЩ, Испания, Ирландия и Великобритания.

- SKI CAMP (ИТАЛИЯ): През 2017 г. SCS организира ски лагер в Passo del Tonale, Италия, където младите хора бяха обучени в ски и сноуборд. През лятото на 2018 г. деца от България се присъединиха към лагера SKOURAS в Гърция. В това събитие видове с различни националности са играли повече от 30 спорта и са извършвали дейности в международна среда с деца и треньори от различни националности.

2. Sportsko udruženje “Ratnici”, an institution established in Serbia, whose registered office is in Bitoljska 46, 18000 Nis, Serbia, with OID Number: E10357889

Клубът е основан на 31.01.2008г. за постигане на цели, които се отнасят по-специално до:



Co-funded by
the European Union



- планиране, утвърждаване и развитие на баскетболния спорт ;
- организиране и провеждане на редовно обучение на членовете с цел подготовка за състезанието;
- обучение на деца, младежи и възрастни;
- участие в спортни състезания;
- Представителство на клуба и Сърбия чрез международни спортни състезания за хора с увреждания.

Мисия: създаване на условия за децата и младите хора да покажат пълноценно своя спортен потенциал чрез участието си в спорта като равноправни граждани на обществото. Също така имаме партньорство с Асоциацията на Черна гора, асоциации в БиХ, Сърбия, Хърватия, Словения, България и Турция

3.Sports Basketball Club “Pro-Ball Academy”

Спортен баскетболен клуб „Pro-Ball Academy” (PBA) е основан от Атанас Димов през 2015 г. с мисията да: „Насърчаване на здравословния начин на живот и подобряване на здравето, физическата форма, психологическата и дълголетие на нацията чрез системна физическа активност и спорт за всеки . Също така дава шанс на млад талант да достигне своя потенциал чрез упорита работа и да спечели доверието им и да ги накара да повярват, че могат да бъдат на върха на играта си”

При изпълнението на тази мисия PBA предприема набор от програми и инициативи, които са свързани с основните цели на този проект.

1. Треньорско развитие: основателят на клуба Атанас Димов притежава треньорски сертификат от Македонската федерация по баскетбол за 6 (шест) последователни години и също така има ЛИЦЕНЗ на FIBA от IBF с № 2016504297 – за треньор на младежки национални отбори. Има опит с национални отбори, като работи с националния отбор на Македония до 16 години и година по-късно с националния отбор на Македония до 18 години.

Той използва своя опит и мрежа, за да разработи висококачествени треньори и да предостави треньорски клиники на екипи и индивиди от цяла Македония и извън нея.

2. Социална интеграция: PBA предоставя проекти и програми, които използват баскетбола като средство за подобряване на социалната интеграция в местните общности. Целта на дейностите по социална интеграция на клуба е да провокира



Co-funded by
the European Union



положително емоционално въздействие у участниците, особено младите хора, което да насочи позитивната им енергия и да им помогне да се развият като добри граждани и положителни модели за подражание в своите общности.

3. Развитие на играча: Всеки играч заслужава правилно и добро отношение. От тренировки с високо качество, висока интензивност и състезания на високо ниво с организиране на много турнири, участие в местни и чуждестранни турнири – включително много програми за развитие както за мъже, така и за жени играчи, от младежки до елитно, професионално ниво.

4. Международно развитие: Страхотни възможности както за РВА играчи, така и за играчи извън Македония, например – да прекарат цял сезон в клуба, помагайки им да подобрят нивото си на тренировки, игра, правилно хранене, да останат здрави и да достигнат своя потенциал като играчи на РВА, като също подобряват езиковите умения и улесняват възможностите за образование в местните институции.

Връзките с треньори от цяла Европа предоставят на нашите играчи шанс да продължат образованието си, преследвайки мечтата си извън Македония.

Спортен баскетболен клуб „Pro-Ball Academy“ популяризира основна марка баскетбол, преплетена с нематериални елементи като отдаденост, упорит труд, почтеност и образование в опит да създаде посланици на играта.

ДЕЙНОСТИ

МЕЖДУНАРОДЕН МЛАДЕЖКИ ОБМЕН В АХЕЛОЙ, БЪЛГАРИЯ

20.08.2023 – 28.08.2023

Младежите се обучаваха по предварително направена програма.

За дейността 20 участници от България и 20 от Сърбия бяха избрани от партньорските организации, като се вземат предвид отчитат определени критерии: Групата беше сформирана от 40 млади хора с по-малко възможности, изправени пред икономически и географски бариери, - хора с трудности / финансови, семейни, училищни / и младежи с увреждания.

Следните критерии бяха използвани:

- проявяват интерес и са мотивирани да се включат отново в социални дейности и желаят да сложат край на бездействието си



Co-funded by
the European Union



- проявяват интерес да научат нови подходи чрез неформално образование и международен обмен

- възрастови групи 13-28

Беше даден приоритет и на тези, които никога не са пътували извън столицата и извън страната тези, които никога не са осъществявали международен обмен.

Процесът на подбора беше прозрачен и да позволява равен достъп за всички млади хора, които искат да участват.

Всяка група имаше по двама лидери.



Младежите имаха всеки ден лекции и занимания с лидерите. Беше направена предварителна програма, която беше спазена.

Младежкият обмен беше ръководен от опитни фасилитатори, които ще използват следния набор от инструменти:

- игри за разбиване на лед
- енергизатори



Co-funded by
the European Union



- пленарни дискусии за споделяне и обмен на мнения, мисли, идеи, и др.
- Ролеви игри и симулационни игри, където участниците могат да изразят себе си и да прекъснат психологическото бариера за говорене пред другите
- Тиймбилдинги
- Дейности на открито за изграждане на екип и межкултурен обмен
- спортни дейности
- Симулационни упражнения за развитие на умения
- Удобни групи, където участниците могат да споделят впечатленията с- семинари за насърчаване на творчеството
- Кръгли маси и дискусии
- Симулации - Salto -Youth инструментии през деня.

Един от фасилисаторите беше гл. ас. д-р Полимира Митева.

Образование

– 2013-2017 – редовен докторант, Институт по психология – БАН,

Тема на дисертацията: “Етническите предразсъдъци в контекста на междугруповите отношения”

– 2009-2011 – УНСС , специалност Бизнес администрация, магистър по: Бизнес администрация

– 2006-2013 – СУ „Св. Климент Охридски“, Начална педагогика и чужд език, Бакалавър

Научни и административни длъжности-от 2019 – Главен асистент, ИИНЧ– БАН

П. Митева, „Взаимодействието на контакт, емоции и предразсъдъци при етнически българи, турци и роми“, Списание на БАН, кн. 1, 2020, ISSN: 0007-3989

П. Митева, „Влияние на предразсъдъците върху социално-политическата подкрепа на българите спрямо малцинствени групи в страната“,



Co-funded by
the European Union



Психологичн
и
изследвания,
кн.1, 2015

Тя проведе 4 сесии със следните теми-

Тема 1. Дискриминация, предразсъдъци и стереотипи между младите хора в личните и трудови отношения. Толерантност, мултикултурност и начини за преодоляване на ограничаващо мислене.

Съдържание: Разгледаха се предразсъдъците, стереотипите и дискриминацията от психологическа и поведенческа перспектива, като се обясниха механизмите на формирането, тяхната функция и манифестация. Бяха обсъдени примери, като с помощта на критично мислене се излезе от формираната дискриминационна рамка. Засегна се темата за толерантността и нейните ползи, както и мултикултурното ниво на различни общества.

Тема 2. Създаване на професионална автобиография - успешни практики и дигитални инструменти. *Съдържание:* В темата се разгледа европейската бланка за създаване на професионална автобиография, като се засегнаха основните принципи при написването ѝ в съответствие с характеристиките на работодателя. Показани бяха дигитални инструменти за създаване на



Co-funded by
the European Union



творческа автобиография. Бяха обсъдени добри и лоши примери както CV, така и за поведение на интервю за работа.

Основна роля играеха тренировките по спорт и състезателните игри



А всяка сутрин участниците имаха сесии по йога край басейна, водени от йога



учител.

На участниците от Сърбия и България гора беше предоставена възможност да представят страната си на тематичните вечери .



Co-funded by
the European Union



Младежите откриха прекрасното българско Черноморие и намериха забавления на брега на морето.



Co-funded by
the European Union



Втори младежки международен обмен в Ахелой, България

5.08.2024 – 11.08.2024

Младежите се обучаваха по предварително направена програма.

За дейността 10 участници от България и 10 от Македония бяха избрани от партньорските организации, като се вземат предвид отчитат определени критерии: Групата беше сформирана от 20 млади хора с по -малко възможности, изправени пред икономически и географски бариери, - хора с трудности / финансови, семейни, училищни / и младежи с увреждания. Групата от България беше съставена от 10 млади хора със увреждания и двама водачи.

Продължителността на обмена беше 5 дни.



Co-funded by
the European Union



Още първият ден, беше проведена сесия „Дървото на очакванията“.



Сесията започна с официално представяне на проекта, партньорите и участниците. „Дървото на очакванията“ е метод, при който участниците бяха помолени да напишат в жълти лепкави бележки очакванията си за проекта, страховете си по сините лепкави бележки и приноса им върху зелените лепкави бележки. Фасилитаторите дадоха на участниците 20 минути за размисъл и след това всички участници поставиха своите бележки на 3 различни части на флипчарта - Очаквания, Страхове и Приноси. " В края на обмена, всички участника прочетоха отново своите бележки,

поставени през първият ден и споделиха своите мисли. Участниците направиха сравнение и това им помогна да опознаят себе си.



Co-funded by
the European Union



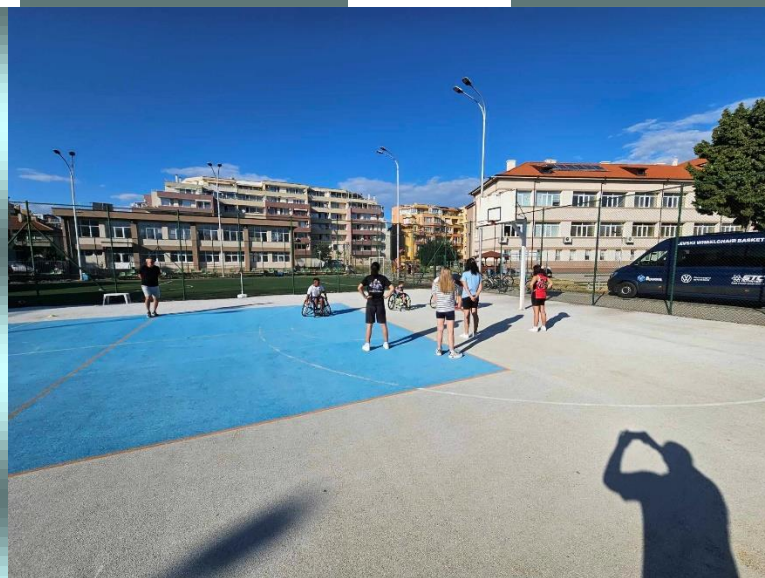
Един от лидерите на българската група представи „Бизнес модела CANVAS“. Този модел предполага начални стъпки в предприемачеството за младите хора. Той е особено полезен за хората с увреждания, защото те трудно намират своето място на пазара на труда и е добре да опитат собствен бизнес. След края на сесията, младежите получиха задача да направят един модел за собствено предприемачество. Те бяха много ентусиазирани – представиха своите идеи и най – добрия модел беше на Йоанна Михайлова.



Групата, която участва в този обмен беше разнородна – имаше 10 младежи с увреждания. Имаше 2 сесии за приобщаването, за толерантността в обществото, за преодоляване на стереотипите.

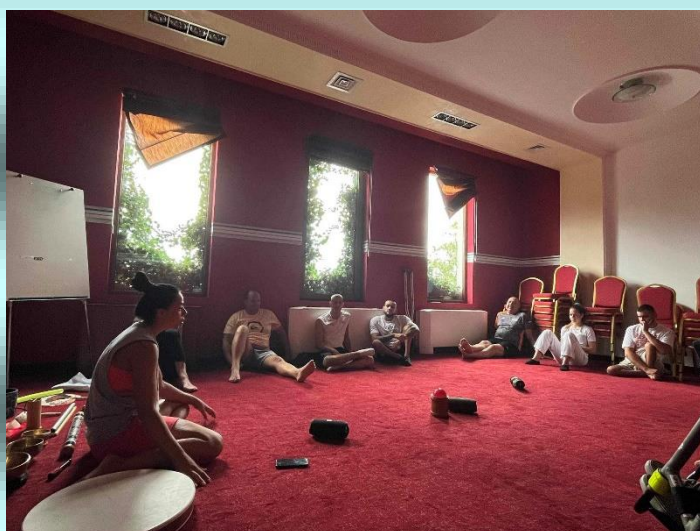


Co-funded by
the European Union



Изключителни важни за целите на проекта, бяха съвместните тренировки на българската и македонската група. Както пише вече по-горе, българската група се състоеше от 9 момчета и едно момиче с увреждания. Младежите проведоха 4 тренировъчни занимания. Взаимното опознаване и новосъздадените приятелства бяха неоценими.

Бяха проведени 3 сесии по йога, като те бяха водени от Сара Маринова – квалифициран инструктор. Тези сесии се приеха много добре от младежите, като те споделиха, че биха искали да имат от този тип занятия всеки ден. Тези сесии бяха свързани не само с физическото, но и менталното себепознаване.





Co-funded by
the European Union



Въздействие върху участниците:

- Участниците бяха мотивирани да излязат от изолацията си и да се ангажират отново с общността - мотивация за по-активно участие в социални дейности и за насърчаване на общността
- Придобиване на меки умения, които ще им помогнат да подобрят личния и професионалния си живот
- Придобиване на знания за създаване и попълване на автобиография
- Умения за бизнес планиране
- Познаване на трудностите на другите младежи и толерантност към младежи NEET и младежи с увреждания
- Увереност да поемат повече предизвикателства и да се изправят срещу тях с гъвкавост и дух на иновация
- Да придобият нови методи и умения чрез спорт и неформално образование и да ги приложат на практика, след когато проектът бъде реализиран



Co-funded by
the European Union



- Осъзнаване на знанията и уменията, които са научили по време на проекта с приятели и споделяне с други младежи и местни организации
- придобиване на умения за социална компетентност и способност за работа в екип и за справяне с различни гледни точки
- бяха информирани за най-новите възможности, предлагани от пазара на труда или образователната система в страната и в Европа
- Получиха разбиране на значението и стойността на младежта в настоящото и бъдещото общество и ползите от участието в общността
- Подобриха английския си език, изразните умения, както и невербална комуникация
- създадоха нови международни контакти с участници, тази мрежа може да се използва за изпълнение на бъдещи проекти за сътрудничество.





Co-funded by
the European Union



Professional development activities

Слънчев бряг, България – 24.08 – 30.08.2024

В България бяха събрани младежки работници от България, Сърбия, Ирландия. Младежките работници от Сърбия бяха от две различни организации – Ратници, Ниш, Сърбия и „Раднички“Крагуевац, Сърбия.

Беше проведена предварителна среща с представители на „Ратници“Ниш, Сърбия – 06.08 – 08.08.2024.



1. ДЕН /06.08.2024/

10:00 ч. – Пристигане на участниците в предварителната визита. Среща с ръководството на Спортен клуб Усмивка.

12.30 ч. - Обяд.

13.30 ч. - Оглед на хотела, стаите и среща с администрацията на хотела

14. 00ч. – Среща с треньори и обучители.

16.00 – Разглеждане на Слънчев бряг и Ахелой.

19.00 – Вечеря.

Те участваха в предварителната визита

1. Саша Дамнянович

2.Неманя Йочич



2. ДЕН /07.08.2024г

10.00 ч. – Посещение на спортните бази в Слънчев бряг и Поморие.

12:00 ч. – Обяд.

14.00 ч. – Среща с ръководството на организацията за уточняване на програмата за обучение и подписване на необходимите документи.

19.00 – Вечеря

3.ДЕН – 08.08.2024г

ТРЪГВАНЕ



Co-funded by
the European Union



Professional development activities



Младежките работници се обучаваха по предварително зададена програма.

Най-важните сесии бяха

1. Правата на младежите - Преглед на международни документи, регламентиращи правата на младите хора. Проучване на ситуацията с правата на младите хора в различни страни и в ЕС. Работете в екипи на тема: Генериране на идеи за овластяване на младите хора. Записване на идеи. Стратегията на Европейския съюз за

младежта 2019-2027 г. определя рамка за европейско сътрудничество в областта на младежта въз основа на съобщението на Комисията от 22 май 2018 г., озаглавено „Ангажиране, свързване и овластяване на младите хора: нова стратегия на ЕС“ за младежта“. Стратегията насърчава участието на младите хора в демократичния живот, подкрепя социалното и гражданското участие и има за цел да гарантира, че всички млади хора разполагат с необходимите ресурси за участие в обществения живот в този контекст през 2018 г. бяха разработени 11 европейски младежки цели. Тези цели идентифицират междусекторни области, които засягат живота на младите хора и идентифицират предизвикателствата.



Co-funded by
the European Union



2. Кръгла маса- всички участници споделиха за тяхната работа и ситуацията в тяхната страна. Бяха разгледани положителните и негативните страни. Опознаването на произхода на другия и свързването с темата на обучителния курс е чрез споделяне на реалностите и опита от всяка група от страни в младежката работа и включването на младежи с различни способности. По време на тази сесия участниците ще имат възможност да проучат допълнително реалностите в своите страни и да споделят с други участници, идващи от различни страни, като същевременно ще имат възможност да задават допълнителни въпроси, за да могат да научат повече и да обменят практики.



3.



дискусия

4. Работилница – не на насилието, нетолерантността, расизма и хомофобията. Предварителна работа в по-малки групи, за да се дефинирате някои полезни термини за дискриминацията и да ги представите на другите. След това групите се събират и обсъждат работата си Дефиниции: 1. РАВЕНСТВО: 2. ИДЕНТИЧНОСТ 3. РЕЧ НА ОМРАЗА: 4. ДИСКРИМИНАЦИЯ 5. СТЕРЕОТИП (МНЕНИЕ) 6. РАСИЗЪМ 7. ХОМОФОБИЯ 8. ТОЛЕРАНТНОСТ 9. НАСИЛИЕ 10. ТОРМОЗ

5. 4. Младежко предприемачество-имаше презентация и след това



Co-funded by
the European Union



6. Еразъм+ и европейските ценности – презентация и дискусия.
7. Разглеждане на красивото българско Черноморие.
8. Дигитални инструменти за младежките работници – презентация
9. Спортни сесии.



За повече информация, потърсете на сайта на Спортен клуб Усмивка
<http://www.club-smile.org/bg/category/%d0%bf%d1%80%d0%be%d0%b5%d0%ba%d1%82%d0%b8/%d0%b0%d0%ba%d1%80%d0%b5%d0%b4%d0%b8%d1%82%d0%b0%d1%86%d0%b8%d1%8f/>



Co-funded by
the European Union



ИЗВОДИ И ПРЕПОРЪКИ

1. Ние смятаме, че проектът беше проведен успешно. Успеха на проекта можеше да бъде по – значим, но сега вече имаме опита в организирането и провеждането на младежки обмени
2. Ангажираността на младежите с проблеми в проекта показва нуждата от подобни проекти именно в тази сфера на обществото ни. Присъствието и на младежи без проблеми и увреждания, е предпоставка за по-пълно приобщаване.
3. Смятаме, че трябва да се наблегне върху предварителното обучение, за да бъде ефикасността още по-голяма..