ЧЕТИРИГОДИШНА ПРОГРАМА

ЗА РАЗВИТИЕ НА СПОРТА КАРАТЕ В БЪЛГАРИЯ

ЗА ПЕРИОДА (2025 – 2028)

Въведение

Карате се развива динамично в световен мащаб, като основните тенденции включват модернизация, разширяване на масовия спорт и утвърждаване на международната сцена. Включването на Карате в Олимпийските игри в Токио 2020 повиши глобалния интерес към спорта, въпреки че не беше включено в Париж 2024. Усилията на Световната карате федерация (WKF) са насочени към популяризиране на спорта чрез международни състезания, внедряване на нови технологии в съдийството и тренировките, както и разширяване на пара-карате като официална дисциплина. В много страни карате вече е част от образователните програми, а използването на електронни системи за оценка повишава прецизността на съдийството и прозрачността на състезанията.

Карате е един от най-динамично развиващите се бойни спортове в България, съчетаващ физическа активност, самодисциплина и спортни постижения. В България този боен спорт има дългогодишна традиция и се радва на нарастваща популярност както сред децата и младежите, така и сред възрастните. Със своите физически, психологически и социални ползи, Карате играе ключова роля в изграждането на здраво и активно общество.

Настоящата програма е разработена в съответствие с Националната стратегия за развитие на физическата активност, физическото възпитание, спорта и спортно-туристическата дейност в България (2023–2034 г.). Основната ѝ цел е да подобри структурата, управлението и популяризирането на карате в страната, като осигури по-добри условия за масов спорт, високи спортни постижения и устойчиво развитие на клубовете.

Значимостта на Карате за България се изразява в няколко ключови аспекта:

Физическо и психическо развитие – Карате развива сила, гъвкавост, издръжливост и координация, като същевременно изгражда характер, самодисциплина и устойчивост на стрес.

Образователна стойност – Спортът насърчава уважението, толерантността и социалната отговорност, като играе роля във възпитанието на младите хора.

Международен престиж – Българските каратисти вече доказват своя талант на световната сцена, а с подходящи инвестиции и системна подготовка страната може да се утвърди като водеща сила в този спорт.

Масовост и достъпност – Карате е спорт, който може да се практикува от всички възрасти и социални групи, включително хора с увреждания, като по този начин допринася за социалното включване и активния начин на живот.

Програмата е насочена към три основни приоритета:

1. **Развитие на масовия спорт** – увеличаване на броя на практикуващите карате, интеграция на спорта в училищното образование и подобряване на достъпа до тренировъчни бази.

2. **Постигане на високи спортни резултати** – създаване на благоприятни условия за подготовка на елитни състезатели, участие в престижни международни първенства и изграждане на конкурентоспособен национален отбор.

3. **Подобряване на спортната инфраструктура и кадровия потенциал** – модернизиране на спортните зали, внедряване на иновативни тренировъчни методи и повишаване на квалификацията на треньорите и съдиите.

В обхвата на програмата са включени:

1. Състезатели и трениращи карате

   - Деца и юноши, които тепърва навлизат в спорта
   - Национални и клубни състезатели, стремящи се към високи постижения
   - Ветерани и любители, които практикуват карате за здраве и активен начин на живот
   - Хора с увреждания, които могат да се включат в адаптирани програми по карате

2. Треньори, съдии и спортни специалисти

   - Национални и клубни треньори, които работят с различни възрастови групи
   - Съдии, които следва да повишават квалификацията си според международните стандарти
   - Спортни лекари, психолози и кондиционни специалисти, подпомагащи подготовката на състезателите

3. Спортни клубове и федерации

   - Всички лицензирани клубове по карате в страната
   - Българската федерация по карате (БФК), която координира и управлява развитието на спорта
   - Общински и държавни спортни организации, които осигуряват подкрепа и финансиране

4. Образователни институции

   - Училища и университети, които могат да включат карате в своите спортни програми
   - Национална спортна академия и други обучителни центрове, които предоставят квалификация за треньори и съдии

5. Държавни и общински институции

   - Министерството на младежта и спорта, което осигурява стратегическо финансиране и регулации
   - Общинските администрации, които подпомагат спортните бази и регионалните състезания
   - Министерството на образованието и науката, което съдейства за интегрирането на Карате в училищната програма

6. Бизнес и неправителствени организации

   - Частни компании, които могат да бъдат спонсори и партньори на клубовете и федерацията
   - Неправителствени организации, работещи за насърчаване на спорта и физическата активност
   - Медии, които популяризират успехите на българските каратисти

Чрез ефективно управление, стратегически партньорства и целенасочени инвестиции, програмата ще допринесе за устойчивото развитие на Карате в България, като същевременно повиши неговата роля в спортния и обществения живот.

1. Развитие на масовия спорт и достъпността до Карате

Съгласно принципите на Националната стратегия, програмата има за цел да насърчи физическата активност и здравословния начин на живот чрез карате, като се фокусира върху следните основни направления:

1.1. **Въвеждане на карате в училищни и извънучилищни програми**: Стремежът е да се интегрира карате в образователната система, като част от учебната програма по физическо възпитание в училищата и извънучилищните спортни дейности. Това ще осигури по-широк достъп до спорта и ще помогне за развиване на дисциплина, самоконтрол и физическа подготовка у младите хора. Чрез партньорства с Министерството на образованието и науката, както и с местни училища, ще се организират курсове и тренировъчни сесии, които да насърчават интереса към спорта от ранна възраст.

1.2. **Организиране на регионални и национални първенства и турнири**: Провеждането на редовни състезания и турнири ще стимулира състезателния дух и ще предостави възможност на младите спортисти да се изявят. Регионалните и националните първенства ще служат като платформи за разширяване на интереса към карате и за идентифициране на талантливи спортисти, които да се развиват в спорта. Чрез тези събития ще се създаде и платформа за обмяна на опит между различни клубове и състезатели.

1.3. **Стимулиране на участието на хора с увреждания в карате**: Адаптираните програми за хора с увреждания ще осигурят възможности за включване в спорта, като се поддържа принципът на равен достъп и участие. Карате, с неговите принципи на дисциплина и самоконтрол, може да бъде изключително полезно за подобряване на физическото и психическото здраве на хора с увреждания.

Специализирани методи и адаптирани тренировъчни програми ще бъдат разработени за осигуряване на безопасност и ефективност в практиката на тези групи.

1.4. **Създаване на кампании за здравословен начин на живот**: Водещи каратисти и спортни организации ще бъдат ангажирани в организирането на публични кампании, които да популяризират значението на физическата активност и здравословния начин на живот. Чрез медийни кампании, училищни инициативи и съвместни проекти с местни общности, ще се насърчава участието в карате като средство за подобряване на здравето, повишаване на физическата активност и профилактика на здравословни проблеми. Тези

кампании ще подчертаят не само ползите за физическото здраве, но и важността на психическото благополучие, което карате може да предостави.

С тази програма се цели не само да се увеличи броят на практикуващите карате, но и да се изгради устойчива спортна култура, която да бъде достъпна и включваща за всички граждани, независимо от възраст, пол или физическо състояние.

2. Спорт за високи постижения и развитие на състезателите

Основната цел на програмата е обезпечаване на тренировъчния процес и спечелването на медали от европейски и световни първенства, като дългосрочната визия е поставяне на България сред водещите нации в Европа и света в спорта карате. За постигането на тези цели се предвиждат следните стратегически мерки:

2.1. **Централизирана подготовка на националните отбори** – Създаване на устойчива тренировъчна система за състезателите от елитния и разширения национален отбор чрез целогодишни тренировъчни лагери и специализирани подготвителни сесии.

Основният фокус ще бъде върху оптимизиране на физическата и техническата подготовка, развитие на тактическото мислене и подобряване на възстановителните процеси. Подготовката ще включва работа с експерти по спортна наука, кондиционни треньори, физиотерапевти и спортни психолози, за да се осигури цялостен подход към развитието на състезателите.

Специално внимание ще се обърне на ранната адаптация към международните стандарти и състезателния ритъм, което ще позволи на българските спортисти да бъдат конкурентоспособни на световно ниво.

2.2. **Участие в европейски и световни първенства, както и в Световни и Европейски купи** – Активното участие в престижните първенства и купи под егидата на Световната карате федерация (WKF) и Европейската карате федерация (EKF) е ключов елемент от стратегията за утвърждаване на българското карате на международната сцена.

Националният отбор ще бъде системно подготвян за тези състезания, като се разработват индивидуализирани планове за всеки състезател с анализ на представянето и персонализирани корекции в подготовката. Ще бъде осигурена медико-биологична и рехабилитационна подкрепа, за да се намалят травмите и да се повиши издръжливостта на състезателите в интензивния състезателен цикъл.

2.3. **Участие в подготвителни лагери** – Организиране на тренировъчни лагери преди големи първенства и купи, за да се осигури максимална форма на състезателите. Подготовката ще включва спаринг с международни съперници, симулации на състезателни условия и анализ на противниците, с цел подобряване на адаптивността и стратегическото мислене на спортистите.

В партньорство с Министерството на младежта и спорта и общините, ще бъдат осигурени висококачествени тренировъчни бази за провеждане на лагерите.

2.4. **Партньорства със стратегически институции** – Сътрудничество със Световната карате федерация (WKF), Европейската карате федерация (EKF), Министерството на младежта и спорта (ММС) и общините в България за обезпечаване на тренировъчния процес, развитие на спортната инфраструктура и финансиране на националните отбори.

Чрез тези мерки програмата цели системна подготовка и утвърждаване на България като водеща сила в карането, с ясната амбиция за спечелване на престижни международни отличия и устойчиво развитие на спорта на най-високо ниво.

3. Квалификация на треньори и съдии

Според Националната стратегия за развитие на физическата активност, физическото възпитание и спорта (2023–2034 г.), кадровото обезпечаване е ключов фактор за устойчивото развитие на спорта. В тази връзка програмата поставя акцент върху повишаването на квалификацията на треньорите и съдиите, осигурявайки висок професионален стандарт в подготовката и съдийството. Основните направления включват:

3.1. **Провеждане на редовни обучения и семинари за треньори и съдии** – Организиране на обучителни курсове и практически семинари, базирани на последните промени в правилата на Световната карате федерация (WKF). Тези обучения ще подобрят методологичните и съдийските умения на специалистите и ще гарантират синхронизиране с международните стандарти.

3.2. **Развитие на методики за спортна подготовка** – Внедряване на съвременни тренировъчни методи, базирани на научни изследвания и добри практики, с цел оптимизиране на физическата и тактическата подготовка на състезателите. Ще се насърчи използването на анализ на биомеханиката, спортна психология и персонализирани тренировъчни програми за максимална ефективност.

3.3. **Сертификационни програми за съдиите** – Въвеждане на специализирани квалификационни модули, които да повишат нивото на съдийството на национално и международно ниво. Ще се осигури възможност за практически обучения и стажове по време на международни състезания, организирани от WKF и EKF.

3.4. **Обмяна на опит и партньорства** – Осигуряване на възможности за съдиите и треньорите да участват в международни съдийски семинари, организирани от WKF и EKF, както и в обучения, подкрепени от Министерството на младежта и спорта и общините.

3.5. **Създаване на национална платформа за обучение** – Разработване на онлайн ресурси, видеоанализи и ръководства, които да подпомагат треньорите и съдиите в прилагането на новите стандарти и технологии в Карате.

Чрез тези мерки програмата цели да изгради качествена, добре подготвена и сертифицирана мрежа от специалисти, които да допринесат за развитието на българското карате и утвърждаването на страната на световната сцена.

4. Финансиране и управление

За устойчивото развитие на Карате в България програмата предвижда стабилно и прозрачно финансиране, което да осигури ефективното функциониране на спортните структури, тренировъчния процес и участието в международни първенства. Основните финансови механизми включват:

4.1. **Осигуряване на държавно финансиране** – Основната част от средствата ще бъдат осигурени чрез Министерството на младежта и спорта (ММС), което ще финансира националните отбори, организирането на държавни първенства, съдействие на спортните клубове и развитието на спортната инфраструктура.

4.2. **Привличане на корпоративни спонсори и дарители** – Разработване на стратегии за установяване на партньорства с частния сектор, като се предлагат рекламни възможности и съвместни инициативи, които да насърчават инвестиции в спорта Карате.

4.3. **Използване на европейски програми и фондове** – Кандидатстване по европейски проекти за развитие на спорта Карате, включително програми за младежки спорт, обучение на треньори и подобряване на спортната инфраструктура.

4.4. **Поддържане на прозрачен механизъм за разпределение на средствата** – Гарантиране на ясни критерии за финансиране на федерацията, клубовете и състезателите, като се осигури ефективно управление и отчетност на разходите. Всички процеси ще бъдат мониторирани и оценявани, за да се избегнат неефективни разходи и да се осигури максимална възвръщаемост на инвестициите в спорта Карате.

4.5. **Подкрепа от местните общини** – Насърчаване на съвместни инициативи с общините за подобряване на условията за тренировки по Карате, включително предоставяне на зали, организиране на събития и финансова помощ за клубовете.

Чрез тези механизми ще се гарантира устойчивото развитие на Карате в България, повишаване на неговата конкурентоспособност на международната сцена и създаване на стабилна финансова среда за бъдещо развитие.

5. Очаквани резултати

Очакваните резултати до края на 2028 година очертават амбициозни цели за развитието и популяризирането на Карате в България:

5.1. **Увеличаване на броя на тренiращите Карате с 25%** - Целта е да увеличим общия брой на тренiращите Карате с 25% като резултат от агресивни маркетингови кампании, ангажиране на училища и обществени организации в спорта, както и предлагане на повече инклузивни програми, които да привлекат разнообразна група от участници.

5.2. **Създаване на минимум 10 нови спортни клуба по Карате в различни населени места в страната** - Разширяването на националната мрежа от Карате клубове е ключово за достъпността до спорта. Ще се търси активно подкрепа от местните общности и местния бизнес за инвестиции в спортни зали и обучение на треньори, за да се улесни създаването на клубове в райони, където Карате все още не е присъствало значително.

5.3. **Повишаване на броя на медалите от европейски и световни първенства** - Подобряването на състезателните постижения на национално и международно ниво е от изключителна значимост. Ще се инвестира в усъвършенстване на тренировъчните методики, въвеждане на съвременни спортни технологии и психологическа подготовка, за да се подпомогне развитието на върхови състезатели, които да донесат гордост на България.

5.4. **Подобряване на качеството на подготовката на състезателите и треньорите** - На вниманието стои разработването на обновени образователни програми и продължаващо професионално развитие за треньори, което включва регулярни семинари, въвеждане на нови учебни материали и обмен на най-добри практики. Поддържането на висок стандарт на тренировъчния процес ще бъде критично за успеха на състезателите.

5.5. **Засилване на международното сътрудничество** - Стремежът за по-широко международно сътрудничество чрез участие в международни обучения, семинари и състезания. Това ще включва и домакинство на международни събития в България, което ще стимулира интереса към Карате както на местно, така и на международно ниво и ще укрепи международната позиция на България в Карате общността.

Тези цели осигуряват стратегически фокус за развитието на Карате и представят конкретни стъпки за тяхното реализиране до края на 2028 година.

Заключение

Програмата за развитие на спорта Карате в България за периода 2025-2028г. представя комплексен подход за укрепване и популяризиране на Карате на територията на страната. Основните цели включват увеличение на броя на тренiращите, разширяване на базата от спортни клубове, и повишаване на състезателните постижения на национално и международно ниво, които гарантират значителен принос към растежа и развитието на Карате като спорт.

Същевременно, акцентът върху повишаването на качеството на обучение за състезатели и треньори, в съчетание с активните усилия за разширяване на международното сътрудничество и обмен, има за цел да подобри както състезателните успехи, така и международната репутация на България в света на Карате.

В заключение, тази програма поставя основите за по-устойчиво и системно развитие на Карате в България, стимулирайки не само спортните постижения, но и образователните и културните аспекти свързани с практикуването на този спорт. Българска Национална Федерация по Карате се ангажира с изпълнението на тези задачи в означения срок, което ще допринесе за достигането на поставените стратегически цели и укрепване на позициите на Карате в национален и международен мащаб.