Норвежкото спортуване за удоволствие, което ражда шампиони

Новини | Спорт и здраве | на 24.07.2026 08:47 | от Стела Джелепова

Защо говорим за това?

Защото може да е полезно за начина, по който гледаме на заниманията си.

Всички още сме развълнувани от току-що завършилото Световно първенство по футбол. Победителите са ясни, шампионите са известни, но един отбор спечели сърцата на зрителите, макар и да си тръгна без медал. Норвегия.

Норвегия е страна с доста малко население. В момента там живеят около пет милиона и половина души, но само преди двайсет години – когато сегашните футболисти са били деца – населението е било малко над 4 милиона. Как държава с 4 милиона жители е успяла да създаде отбор, който да се бори с огромни държави като Бразилия или Аржентина? Отговорът е странен. С кеф!

За норвежците най-важното е децата да усещат удоволствие от това, което правят. Включително и от спорта. Те имат седем правила за детското спортуване. Най-важните от тях са: детето да е щастливо, да е спокойно и да спортува каквото то иска. Тези правила са задължителни за всеки треньор и за всеки спортен клуб в страната. Всяко дете има право да участва в състезания независимо от уменията си и от физическото си състояние. Всяко дете има право и да не участва. Това обаче по никакъв начин не му пречи да тренира. Тези, които не се състезават, имат същите права като състезателите.

Състезанията обаче също не носят прекалено напрежение. Докато навършат 9 години, децата участват само в квартални или градски срещи. Но няма нито записване на точки и резултати, нито трофеи и медали. След 11-годишна възраст вече могат да участват в регионални турнири, но все така резултатите не се записват. Чак на 13 години вече можеш да започнеш с истинските състезания.
Още по-интересно е, че изобщо не си длъжен да избираш само един спорт. Всеки тренира каквото пожелае. В почти всички държави, когато покажеш талант в даден спорт, започваш да трениращ само него. Норвежците обаче смятат, че това ограничава физическото развитие на децата. Да не говорим, че ги лишава от разнообразието, което всяко дете иска. Нали знаеш колко е скучно да вършиш само едно и също, когато ти се правят толкова много неща? Голямата им футболна звезда Ерлинг Холан например е тренирал също хандбал, лека атлетика и ски бягане. Смята се, че изключителната му бързина идва от леката атлетика, а страхотният отскок – от хандбала. Умението да тича много, без да хаби чак толкова енергия, пък се дължи на ски бягането. И всичко това в съчетание с тренировките по футбол го прави толкова специален.

Правилата за детския спорт в Норвегия не са създадени за постигане на големи успехи. Създадени са за доброто на децата. За да можеш да играеш зле, без някой да ти се кара. За да можеш да грешиш, без да ти се подигравят. За да можеш да губиш, без да страдаш. „Ние не играем, за да побеждаваме, а за да се учим.“ Това са думи не на друг, а треньора на един малък футболен отбор от затънтено градче в Норвегия. Който в последната година успя да победи гиганти като "Манчестър Сити", "Атлетико Мадрид" и "Интер Милано". А там играчите са били записани в сериозни футболни школи още на по три-четири години.

Ето че този модел се оказва не по-малко успешен от тежките професионални тренировки в страни като Бразилия или Англия. Норвегия победи на световното Бразилия, където този спорт е едва ли не религия. Вече четири поредни зимни олимпиади Норвегия е номер едно по медали. След нея са например страни като САЩ и дори Китай, където живеят милиард и половина души, а не пет милиона. Норвегия има световни рекордьори в леката атлетика, шампиони в колоезденето, медалисти в плуването, звезди в тениса и един истински гений в шахмата. Игрищата, пистите, залите са навсякъде. Няма нужда да си богат, няма нужда да пътуваш надалеч – просто след училище излизаш и се забавляваш. По цял свят причините децата да се отказват от спортуването са три. Първо, нямат достъп до игрища и екипировка. Второ, не им е приятно. Трето, възрастните ги поставят под прекалено голямо напрежение. Не и в Норвегия. Там детето винаги е на първо място. И после идват медалите.

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:
/book/7807-norvezhkoto-sportuvane-za-udovolstvie-koeto-razhda-shampioni

Сканирай този QR-код и влез директно във въпросника ->

©"Вижте" е издание на Фондация Гутенберг 3.0. Всички права са запазени