

# **ЈОГА САВЕЗ СРБИЈЕ**



## **ПРОГРАМ РАЗВОЈА ЗА ОБЛАСТ ЈОГА СПОРТА У РЕПУБЛИЦИ СРБИЈИ ЗА ПЕРИОД 2017 – 2021. ГОДИНЕ**

**Београд, 2017.**

## Садржај

<b>1. ЈОГА - ОБЛАСТ СПОРТА У РЕПУБЛИЦИ СРБИЈИ</b> .....	<b>3</b>
1.1 Улога и значај јоге .....	4
1.2 Карактеристике јоге .....	6
1.3 Јога у систему спорта у Републици Србији.....	7
1.3.1 Анализа стања у области јога спорта у Републици Србији .....	7
1.3.2 Јога као такмичарски спорт .....	8
1.3.3 Јога у школском и универзитетском спорту и државним институцијама .....	9
1.3.4 Јога као вид рекреације .....	10
1.3.5 Специфичне оријентације .....	11
1.4 Надлежни национални Јога савез Србије .....	12
1.4.1 Чланство у Јога савезу Србије и принципи интеграције.....	13
1.4.2 Научно-истраживачки рад.....	14
1.4.3 Пословно-технички партнери у раду Јога савеза Србије .....	15
1.4.4 Награде и признања .....	15
<b>2. ПРАВЦИ ПРОГРАМА РАЗВОЈА ОБЛАСТИ СПОРТА - ЈОГА</b> .....	<b>16</b>
2.1 Визија .....	16
2.2 Мисија .....	16
2.3 Очекивани исходи.....	16
2.4 Правни оквир Програма развоја за област спорта – јога .....	18
<b>3. ИЗАЗОВИ У СПРОВОЂЕЊУ ПРОГРАМА РАЗВОЈА</b> .....	<b>21</b>
3.1 Статус јоге у свету .....	21
3.2 Старење становништва Србије .....	22
3.3 Навике као изазов који треба превазићи .....	22
3.4 Финансирање у области јога спорта .....	23
3.5 Спортски објекти .....	23
<b>4. СТРАТЕШКИ ОКВИР</b> .....	<b>24</b>
4.1 Чиниоци система јога спорта у Републици Србији.....	24
4.2 Приоритети Програма развоја .....	26
4.2.1 Развој јога спорта деце и омладине, укључујући школски и универзитетски спорт .....	27
4.2.2 Повећање обухвата бављења грађана јога спортом .....	28
4.2.3 Развој и унапређење врхунског јога спорта .....	30

<b>4.2.4</b>	<b>Развој и унапређење спортске јога инфраструктуре и веће коришћење постојеће спортске инфраструктуре.....</b>	<b>31</b>
<b>4.2.5</b>	<b>Остали циљеви .....</b>	<b>31</b>
<b>5.</b>	<b>СПРОВОЂЕЊЕ, ПРАЋЕЊЕ, ОЦЕЊИВАЊЕ И ИЗВЕШТАВАЊЕ.....</b>	<b>36</b>
<b>6.</b>	<b>АКЦИОНИ ПЛАН ЗА СПРОВОЂЕЊЕ ПРОГРАМА РАЗВОЈА ЗА ОБЛАСТ ЈОГА СПОРТА У РЕПУБЛИЦИ СРБИЈИ ЗА ПЕРИОД 2017 – 2021. ГОДИНЕ.....</b>	<b>38</b>

На основу члана 100. став 6. Закона о спорту („Службени гласник РС“, бр. 10/2016) Управни одбор Јога савеза Србије на редовној седници одржаној 15.1.2017. г. доноси

**ПРОГРАМ РАЗВОЈА  
ЗА ОБЛАСТ ЈОГА СПОРТА  
У РЕПУБЛИЦИ СРБИЈИ ЗА ПЕРИОД  
2017 – 2021. ГОДИНЕ**

**1. ЈОГА - ОБЛАСТ СПОРТА У РЕПУБЛИЦИ СРБИЈИ**

Изради Програма развоја за област јога спорта (у даљем тексту – Програм) предходила је анализа тренутне ситуације у области јоге.

Овим Програмом успоставља се темељ развоја за област јога спорта у Републици Србији за период од четири године. Из овог Програма ће проистећи Акциони план за спровођење Програма развоја јога спорта у Републици Србији за период од 2017-2021. године. Овај Програм је усаглашен са Националном стратегијом спорта у Републици Србији.

Јога је дисциплина саморазвоја стара преко 4000 година. Настала је у времену сусретања културе Дравида и Аријаца на територији данашње Индије. Јога је до данас очувала своју изворност отварајући се према различитим могућностима примене. Данас је она област спорта (препозната Законом о спорту), али и облик традиционалног вида помоћи људском здрављу (препозната Законом о здравственој заштити). Она је модерни животни стил, али и хиљадугодишњи филозофски систем (даршана). Јога је са сигурношћу постала и феномен XXI века.

Јога је универзална дисциплина саморазвоја којом се баве оба пола, деца и одрасли, развијајући физичко здравље, сигурност и поверење, умну, емоционалну и физичку равнотежу и самопоштовање.

У свету се, по неким проценама, тренутно јогом бави 71 милион људи. У 2015. години на редовној Скупштини УН усвојена је иницијатива Владе Индије да се 21. јун прогласи

Међународним даном јоге. Данас се тај дан обележава у свим земљама света, па и у нашој земљи у организацији надлежног националног Јога савеза Србије (у даљем тексту – ЈСС).

Јога је данас масовна област спорта која своју популарност дугује принципу „добровољности“ и неговању принципа поштовања различитости које јога афирмише. Јога спорт доприноси здрављу, али и социјалној кохезији, превазилажењу предрасуда и ширењу етичких принципа који се кроз јогу преносе. У јога спорту равноправно могу учествовати нетакмичари или такмичари али и љубитељи јога спорта.

## 1.1 Улога и значај јоге

У корену речи уога је реч ујј (јуђ) што значи сјединити, саставити, повезати. Ако то схватимо као тежњу, онда јога изворно подразумева да се човек не рађа са свесношћу о јединству, већ са могућношћу да је достигне. Јога нуди методе којим појединац постаје свестан своје индивидуалности и универзалне повезаности свих видова и нивоа постојања.

Временску и просторну универзалност дугује ванвременској поруци коју носи. Јога филозофија подстиче креирање здравог животног стила који се огледа у неговању и оплемењивању свакодневице<sup>1</sup>. Јога препоручује свакодневну негу психо-физичког здравља јога асанама (телесним положајима), техникама дисања (пранајама), техникама концентрације, техникама релаксације, али и негу емоционалне, интелектуалне, социјалне и суштинске димензије живота. Јога може да помогне у остваривању слободе (мокша), али и развијању сопствене личности, у намери да се усклади унутрашњи живот и да се осадрже социјални контакти, да се повећа усредсређеност и подстакне креативност.

И данас јога, у значајној мери успева да сачува своју аутентичност, захваљујући Патањђалијевом доприносу. Методе јоге присутне су у различитим психотерапијским методама али и као независни терапеутски метод. Данас су јога технике важне у здравственој превенцији као и рехабилитацији. Користе се и као средство за постизање врхунских резултата у спорту и уметности. Значај практиковања јоге све више се огледа и у резултатима који се постижу у раду са децом са посебним потребама и особама трећег доба. Јога подстиче физичко здравље, нормализује активност физиолошких система, помаже у успостављању емоционалне равнотеже, подстиче креативно изражавање, јача стварање

---

<sup>1</sup> Јога је једна од највећих творевина људског духа (Јунг, 1975).

ослонца у себи, усмеравајући појединца ка откривању унутрашњих потенцијала који га повезују са смислом.

Концепт јоге креиран је пре 2500 година<sup>2</sup> од стране Патањђалија у делу „Јога Сутре“. Ово је данас општеприхваћен концепт јоге. У Јога сутрама Патањђали говори о димензијама јоге: јама, нијама, пранајама, пратјахара, дхарана, дхјана и самадхи.

Димензије јоге по Патањђалију	
1	<b>ЈАМА</b> – вредности којима се тежи управљањем својих потенцијала:
	а) <b>ахимса</b> (ненасиље)
	б) <b>сатја</b> (истинитост)
	ц) <b>астеја</b> (поштење)
	д) <b>брахмачарја</b> (овладавање чулношћу)
	е) <b>апариграха</b> (непријањање за пролазне појаве)
2.	<b>НИЈАМА</b> (врлине)
	а) <b>шауча</b> (чистоћа)
	б) <b>сантоша</b> (задовољство и спокој)
	ц) <b>тапас</b> (истрајност)
	д) <b>свадјаја</b> (самопроучавање)
	е) <b>ишвара пранидана</b> (преданост изабраном путу)
3.	<b>АСАНЕ</b> (телесни положаји)
4.	<b>ПРАНАЈАМА</b> (способност управљања праном техникама дисања)
5.	<b>ПРАТЈАХАРА</b> (способност умне и физичке релаксације)
6.	<b>ДХАРАНА</b> (способност управљања пажњом)
7.	<b>ДХЈАНА</b> (способност управљања умним процесима)
8.	<b>САМАДХИ</b> (самореализација)

Табела 1: Димензије јоге

<sup>2</sup> Јога сутре се могу описати као „когнитивна, психодинамична, бихевиорална и трансперсонална психологија у једном (Salagame, 2010).

## 1.2 Карактеристике јоге

Јога је вишеструка и комплексна област спорта. Потврда значаја практиковања јоге огледа се у њеној применљивости. Прилику да учествују у јога спорту имају сви грађани Републике Србије без обзира на друштвени статус, верску и националну припадност или узрасну доб.

Карактеристике јоге огледају се у следећем:

- Јога је равноправно нетакмичарски и такмичарски садржај (изворно јога нема елементе компетитивности па се у јога заједници поштује избор практичара јоге који не желе да се такмиче, међутим све је већи број практичара који желе да своје вештине упореде са другим практичарима на локалним, регионалним, националним, континенталним и светским такмичењима јуниора и сениора);
- Јога је превентиван садржај (помаже у очувању општег здравља и превенцији настанка многих телесних деформитета и болести);
- Јога је корективан садржај (помаже у кориговању деформитета кичме, грудног коша, карличног дела и доњих екстремитета);
- Јога је рекреативни садржај који непосредно утиче на подизање општих психо-физичких способности;
- Јога је лако доступан и врло примењив садржај (примењују га деца и омладина, одрасли, старија лица, запослени и менаџмент, осетљиве категорије становништва, уметници, спортисти);
- Јога је облик традиционалне помоћи људском здрављу (Министарство здравља је сврстава у облике традиционалне медицине, као вид терапије). Јога заједница овај вид јога активности назива „јога терапија – енерготерапија“.
- Јога је један од 6 филозофских система насталих у Индији који покушава да одговори на питања људског постојања и достизања „мокше“ – унутрашње слободе.
- Јога је својеврсни животни стил произашао из животне филозофије и јога праксе.

Путем јога спорта грађани Републике Србије могу развити следеће квалитете:

Самосвест	Солидарност
Поштовање себе и других	Социјализација
Ненасиље и добровољност	Поштовање различитости

Истинитост и поштење	Способност прилагођавања добром
Оптимизам	Саживот
Самомотивација	Усмереност на решавање проблема
Креативност	Преданост
Истрајност	Вредновање труда
Јачање ослонца у себи	Способност да се увиди сврха и креира смисао

Табела 2: Квалитети практичара јоге

Организације, спортски стручњаци (инструктори/оперативни тренери јоге) и практичари у области јоге у потпуности морају поштовати основна начела и кодекс јога праксе као и стручне стандарде.

Имајући у виду Европску спортску повељу, Јога треба да је:	
1	Слободан, добровољан и хуман избор
2	Доступна свима под једнаким условима
3	Здрава и безбедна
4	Фер, толерантна, етички прихватљива и усмерена ка пуном остваривању личности
5	У складу са могућностима средине и друштвеним окружењем
6	Независна од злоупотреба у политичке, комерцијалне и финансијске сврхе

Табела 3: Препоруке Европске спортске повеље

## **1.3 Јога у систему спорта у Републици Србији**

### **1.3.1 Анализа стања у области јога спорта у Републици Србији**

Јога проналази своје место у свим сегментима спорта у Републици Србији.

Квалитет стручног рада и усклађеност са законском регулативом примарна је за остварење имплементације овог Програма развоја.



До новембра 2016. године јога је као спортска грана припадала групи од 12 мултиспортова, али није била препозната као грана од посебног значаја за РС, тако да је у националној категоризацији била сврстана у 6. групу спортова.

Тек Правилником о спортским гранама и областима спорта у Републици Србији и спортским дисциплинама у оквиру спортских грана и области спорта („Сл. гласник РС”, број 51/2016, члан 3) и Правилником о надлежним националним спортским савезима за спортске гране и области спорта у Републици Србији, („Сл. гласник РС”, број 95/2016, члан 6) јога је препозната као област спорта, а Јога савез Србије као надлежни национални савез.

### **Преглед стручног рада у спортским удружењима у области јоге и ЈСС**

У спортским удружењима за област јоге - чланицама ЈСС ангажовано је укупно 112 спортских стручњака са дозволом за рад.

Спортски стручњаци похађају семинаре континуираног стручног усавршавања у области јоге, чиме стичу бодове потребне за продужавање дозволе за рад, у складу са Правилником о стручном раду у ЈСС.

#### **1.3.2 Јога као такмичарски спорт**

Јога је присутна у такмичарском спорту на два начина: као помоћ у тренажном процесу другим спортовима (олимпијским, параолимпијским, неолимпијским)<sup>3</sup> и као самостална област спорта са организованим системом такмичења<sup>4</sup> која се применто развија.

Такмичења у области јоге у свету одвијају се на највишем међународном нивоу: континенталном и светском. У Монтевидеу 1989. године одржано је Прво светско првенство у области јога спорта. Међународна федерација спортске јоге (International Yoga Sports Federation) чланица је Међународне јога федерације (International Yoga Federation) која је ангажована на укључењу јоге у олимпијски покрет. Јога савез Србије као надлежни национални савез за област јога спорта, је члан Међународне федерације спортске јоге, и у 2017. организује Осмо државно првенство уз све активније учешће наших такмичара на

---

<sup>3</sup> Инструкторке Јога савеза Србије учествовале су 2011. године у спортским припремама фудбалера Црвене Звезде, а 2013. године и фудбалског клуба Партизан.

<sup>4</sup> У 2017. год. у организацији Јога савеза Србије одржаће се 8. Државно првенство у области јоге у Републици Србији.

европском такмичењу у области јоге. Државно првенство у области јоге одржава се једном годишње и окупља све веће спортске јога клубове из Србије. Представници спортских јога клубова остварују све запаженије резултате<sup>5</sup>. Такмичарска јога у Србији је још увек у развоју и њен напредак треба очекивати у наредном периоду.

Званична такмичења у области јоге одржавају се у следећим узрасним категоријама и то:

- Сениори
- Јуниори

Званична међународна такмичења у области јоге су:

- Европско првенство (сениори и јуниори, екипно и појединачно)
- Првенства света (сениори и јуниори, екипно и појединачно)

### **1.3.3 Јога у школском и универзитетском спорту и државним институцијама**

Јога је најмање присутна у школском и универзитетском спорту и другим државним институцијама. Разлоге треба тражити у недовољној спремности надлежних у Заводу за унапређивање образовања и васпитања да препознају потребу и добробити које би примена предложених програма имала на здравље деце и омладине<sup>6</sup>. Примена јоге у институцијама образовног система подразумева сарадњу Министарства просвете, Министарства омладине и спорта и Јога савеза Србије. Школска и универзитетска омладина у Србији исказује све већу заинтересованост за Арт јогу Симилирис која обједињује потребу спајања сензибилитета јоге и уметности покрета. Арт јога Симилирис се изводи уз музичку пратњу уз базични захтев да је покрет усклађен са пажњом која прати дисајни ток, мелодију и ритам<sup>7</sup>.

Све чланице надлежног националног Јога савеза Србије дужне су да осигурају да сви који раде са децом и младима буду на одговарајућем нивоу стручно квалификовани, односно оспособљени да се њима баве, тренирају их или образују, а посебно да разумеју биолошке и психолошке промене везане за њихово сазревање. Здравље, безбедност и добробит детета/младог спортисте од приоритетне су важности. У раду са децом потребно је осигурати

<sup>5</sup> <http://yogasavezsrbije.com/nacionalno-prvenstvo-u-jogi/>

<sup>6</sup> У три циклуса Завод за унапређивање образовања и васпитања одбија програме из области јоге.

<sup>7</sup> <http://yogasavezsrbije.com/art-yoga-similiris/>

да усвајање хуманих вредности буде испред победничких настојања или репутације спортског јога удружења, тренера/инструктора или родитеља.

У намери да се добробити практиковања јоге приближе запосленима у пословним организацијама Јога савез Србије се придружио акцији Јога федерације Европе (JFE) која је 2014. годину прогласила годином афирмације Јоге за запослене (Corporate yoga). Програм јоге за запослене потпомаже психо-физичко здравље запослених; повећава отпорност на стрес; омогућава више дискурса приликом доношења важних одлука од стране менаџмента и утиче на постизање већег радног учинка<sup>8</sup>. У намери да се добробити практиковања јоге приближе запосленима у државним медицинским установама Јога Савез Србије је на основу одлуке Здравственог савета Србије из децембра 2010. и марта 2011. септембра 2012. и јула 2013. године акредитовао неколико програма континуиране едукације за здравствене раднике и здравствене сараднике, а у складу са Законом о здравственој заштити (Сл. гласник РС 72/09). Акредитовани су следећи програми: Курс обуке за инструктора јоге (А-1-2123/12), Јога технике као помоћ у повећању спремности на стрес (А-1-2125/12), Јога технике као помоћ у превазилажењу хипертензије, Јога технике као помоћ у повећању спремности на стрес код менаџера, Јога у примени – међународни симпозијум прве категорије.

### **1.3.4 Јога као вид рекреације**

Јога је највише заступљена у рекреативном спорту. Као вид рекреативне активности масовно је примењују грађани свих узрасних доби широм Србије. Спроведене акције ЈСС дале су резултате. Акција бесплатних часова јоге у природи под називом „Вежбајте јогу са нама” спроводи се широм Србије<sup>9</sup> од маја до септембра на зеленим површинама градских паркова, са циљем да се свим заинтересованим грађанима Србије омогући да вежбају јогу и да пасиван одмор замене активним уз вођство стручно оспособљених и сертификованих инструктора/спортских стручњака за област јоге<sup>10</sup>. Акција, само у Београду, у „Јога парку“ на Ади, у наведеном периоду, окупи близу 3000 грађана различите узрасне доби<sup>11</sup>.

<sup>8</sup> <http://yogasavezsrbiye.com/joga-u-korporacijama/>

<sup>9</sup> У 2016. години акција се спроводила у 32 града широм Србије.

<sup>10</sup> На седници Скупштине 2009. године донета је Одлука да се започне са Акцијом „Вежбајте јогу са нама“.

<sup>11</sup> <http://yogasavezsrbiye.com/akcija-vezbajte-jogu-sa-nama/>

С циљем да се грађанство упозна са добробитима јоге као вида рекреације, Јога савез Србије сваке године организује и Међународни фестивал јоге на Ади<sup>12</sup> на којем се, поред домаћих, представљају и јога организације из целог света. То је прилика да се представници различитих школа јоге у духу разумевања упознају са посебностима у приступу. Међународни јога фестивал је због своје атрактивности увршћен у календар Туристичке организације Београда и Србије а спроводи се под покровитељством Светске и Јога федерације Европе. Фестивалом се афирмише јога као здрав стил живота<sup>13</sup>.

Највећи допринос масовности остварен је организовањем великих јога перформанса<sup>14</sup> у којем су учествовали инструктори и љубитељи јоге из читаве Србије, али и гости из иностранства. Акције су се спроводиле под покровитељством Светске, Европске и Америчке јога федерације која је проследила позив за учешће многим јога савезима из света<sup>15</sup>. Масовност јоге у Србији плод је ангажованости високо образованог кадра Јога савеза Србије, континуираног рада на стручном усавршавању, као и велике ангажованости у научно-истраживачком раду<sup>16</sup> и неговању научног подмлатка у области јоге<sup>17</sup>.

### 1.3.5 Специфичне оријентације

Надлежни национални Јога савез Србије посвећивао је посебну пажњу раду са осетљивим друштвеним групама као што су деца и млади, особе са инвалидитетом, рековалесценти, старија лица и жртве насиља у процесу самооснаживања и укључивања у заједницу. У 2014. години остварен је програм јоге оснаживања жена жртава насиља, а у сарадњи са Мрежом „Жене против насиља“, и уз подршку Амбасаде Краљевине Норвешке.

---

<sup>12</sup> Први Међународни фестивал јоге одржан је 2010. године у Београду на Ади. Ове 2017. године одржаће се Осми међународни фестивал јоге – Србија 2017.

<sup>13</sup> <http://yogasavezsrbije.com/festivali-joge/>

<sup>14</sup> Промовисање Јога перформанса спроводила су се под називом: Јога дани добрих дела или Дани јоге у Србији, а пратила су их два слогана: „Учини добро – награди себе“ и „Подели радост“.

<sup>15</sup> Јога перформанси су били организовани на централним трговима (улица Кнеза Михаила, Трг Републике, подијум испред Дома народне Скупштине, Београдска тврђава, а у Новом Саду - Милетићев трг, Петроварадинска тврђава).

<sup>16</sup> У Београду су одржане три Међународне конференције о јоги у конгресном центру Сава.

## 1.4 Надлежни национални Јога савез Србије

Јога савез Србије (ЈСС) је надлежни национални савез који представља, промовише и унапређује област јога спорта у Републици Србији. ЈСС је признати члан Светске јога федерације, Тоталне јога алијансе, Европске, Америчке јога федерације и члан Спортског савеза Србије. Јога савез Србије представља и остварује интересе Републике Србије у међународним организацијама када је у питању област јога спорта. Основни задатак надлежног националног Јога савеза Србије је да уреди и обезбеди систем јога спорта како би грађани Републике Србије имали слободан приступ јога спорту где год да живе и без обзира на степен њихове способности. Јога савез Србије пружа могућност да практичари јоге остваре своје потенцијале на домаћој, европској и светској сцени.

У претходном периоду Јога савез Србије доприносио је развоју и промоцији јоге у Србији и подстицањем практиковања јоге у свим сегментима друштва, у складу са законом; промовисао образовну и васпитну функцију јога спорта, фер плеј, разумевање, толеранцију и одговорност кроз бављење јогом; штитио и промовисао интересе јоге као области спорта и спортиста, тј. организација својих чланица; промовисао Србију у погледу спремности за организацију великих јога манифестација и такмичења; обављао послове којима се обезбеђују услови за праћење, развој и унапређење јоге код младих, особа са инвалидитетом, јоге за старија лица, развијао међуградску и међународну јога сарадњу; обављао и друге послове од заједничког интереса у складу са законом, Стратегијом развоја спорта у Републици Србији, Статутом Спортског савеза Србије, Статутом Јога савеза Србије и другим актима.

Данас Јога савез Србије окупља највећи број спортских удружења у области јоге из Србије, али и сарадника из читавог света, репрезентујући академски приступ јоги. Укупан број чланица, спортских јога друштава у 2016. години износио је 48 редовних чланица, плус 4 у статусу придружених чланица и 4 у статусу почасних чланица. По оквирној процени у Србији преко 55000 грађана различите узрасне доби повремено практикују јогу. Један од кључних задатака ЈСС и спортских удружења у локалним заједницама је да повремене чланове подстакну на редовност у практиковању јоге.

Чланице Јога савеза Србије су постигле консензус око статута, система правила и етичког кодекса, начина вођења регистра сертифицираних инструктора/оперативних тренера у

области јоге и издавања дозвола за рад, а све у намери успостављања стандарда, подстицања континуираног усавршавања и међусобне сарадње.

Јогу у међународним размерама представља, промовише и унапређује Светска јога федерација (International Yoga Federation, у даљем тексту скраћено СИФ) која у свом саставу има највећи број чланица националних федерација и у своје програме укључује највећи број учесника. СИФ је организација која окупља јога практичаре (организације и стручњаке) такмичаре и нетакмичаре. Са циљем уласка у Олимпијску породицу, усвојени су принципи интеграција које поставља Светска федерација јоге (СИФ) и Јога федерација Европе (ЈФЕ) у оквирима својих надлежности. Такмичарима у области јоге су опредељена јединствена правила, која равноправно прихватају и инкорпорирају све чланице. Јога федерација Европе (ЈФЕ) је одговорна за све важније активности у области јоге које се спроводе у Европској унији.

### **Успостављање јога стандарда**

Све чланице Јога савеза Србије успоставиле су стандарде декларисане од Светске и Европске јога федерације, чији је савез члан. Јога Савез Србије је пружао информације, односно стручне консултације, свим организацијама и појединцима из области јоге из Србије које су заинтересоване да своје активности у области јоге ускладе са међународним стандардима, важећим законским прописима, региструју свој инструкторски рад и изврше потребну допуну знања.

#### **1.4.1 Чланство у Јога савезу Србије и принципи интеграције**

На простору Републике Србије омогућен је процес интеграција различитих организација и удружења у области јоге у један надлежни национални савез: Јога савез Србије.

Учлањивање и интеграција у надлежни национални Јога савез Србије, врши се поштујући Закон о спорту и Статут савеза са посебним акцентом на Систем правила и поштовање начела јога струке. Кандидати за чланство потписују приступницу којом исказују сагласност са Статутом<sup>18</sup> и Етичким кодексом Јога савеза Србије. Овим се остварује поштовање људских и спортских права, без обзира на клубску припадност али и обавеза безусловног поштовања основних статутарних одредби савеза у који се укључују организације које треба

да буду умрежене у ЈСС. У постизању циљева јога практичари/спортисти у области јоге су свесни да је потребно поштовати прописане стручне стандарде и норме.

#### 1.4.2 Научно-истраживачки рад

У 2011. години основано је Међународно друштво за научна интердисциплинарна истраживања у области јоге са седиштем у Београду. Прва међународна научна интердисциплинарна конференција о јоги<sup>19</sup> у организацији Јога савеза Србије организована је 2010. године а потом и 2011. и 2012. године у конгресном центру Сава уз присуство највећих научних ауторитета из области јоге и представника три највећа универзитета јоге из Индије: Каивалјадхама, Патањђали и Вивекананда<sup>20</sup>.

Јога савез Србије упућује инструкторе јоге на изучавање научне и стручне литературе за област јоге подстичући их да се укључе у научна истраживања. Свим чланицама Јога савеза Србије омогућено је директно укључење у научно-истраживачке активности Међународног друштва за научна интердисциплинарна истраживања у области јоге као и приступ научној литератури о јоги. Јога Савез Србије у сарадњи са Међународним друштвом за научна интердисциплинарна истраживања у области јоге издаје научни часопис о јоги „Смисао” који презентује одабране резултате научних истраживања у области јоге<sup>21</sup>. Научни чланци у часопису објављују се на енглеском и српском језику. Научни часопис „Смисао” излази једном годишње и доступан је највећим библиотекарским базама из Европе и света. Часопис „Смисао” је индексиран у међународној научној индексној бази *Cornicus international*<sup>22</sup>.

И стручни рад у Јога савезу Србије одвија се поштујући начела науке. Пре почетка рада јасно се дефинише циљ рада, прописују технолошки процеси извршавања рада, одређују извршиоци радних задатака, утврђују рокови (трајање рада), утврђује шта ће се након завршетка процеса рада контролисати.

---

<sup>19</sup> Научно друштво је основано 2011. године, а 2014. уписано у регистар научно-стручних друштава ЦПН.

<sup>20</sup> <http://yogasavezsrbije.com/naucne-konferencije-o-jogi/page/2/>

<sup>21</sup> [www.yoga-science.eu](http://www.yoga-science.eu)

### **1.4.3 Пословно-технички партнери у раду Јога савеза Србије**

У организацији стручног рада, Јога савез Србије већ сарађује са следећим високошколским установама:

- Универзитет Вивекананда, Бангалор, Карнатака, Индија;
- Институт Каивалјадхама, Лонавла, Индија;
- Институт Патањђали, Харидвар, Индија;
- Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Београду;
- Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Новом Саду;
- Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Нишу;
- Факултет за менаџмент у спорту, Универзитет Алфа, Нови Београд.

### **1.4.4 Награде и признања**

Стручни рад у области јоге похваљиван је више пута од стране међународних институција.

Стручњаци у области јоге који су похађали програм стручног оспособљавања организованог од стране Јога савеза Србије (одобреног од стране МОС-а) заузимају важна места као врсни стручњаци широм света.

Др Вукица Јанковић вршила је функцију представника Интернационалне федерације јоге за Србију и Бих.

Јога савез Србије од Јога федерације Европе (2014.) добија посебно признање за квалитет у спровођењу програма стручног оспособљавања.

Почасни председник проф. др Предраг К. Никић (2016.) је одликован једним од највиших индијских цивилних одликовања – Падма Шри од стране Председника Индије за међународни допринос у области јоге.



## 2. ПРАВЦИ ПРОГРАМА РАЗВОЈА ОБЛАСТИ СПОРТА - ЈОГА

### 2.1 Визија

У Програму развоја јога спорта одређена је следећа **Визија**: Јога доприноси унапређењу квалитета живота практичара јоге. Јога је усмерена на развој личности практичара, смислен и здрав начин живота и на оплемењивање односа у друштву у којем живе.

### 2.2 Мисија

Одређена је и **Мисија**: надлежни национални Јога савез Србије треба да креира систем у области јога спорта у Републици Србији (нетакмичарски и такмичарски) који ће омогућити сваком појединцу право да се бави јогом, са циљем развоја своје личности, унапређења квалитета живота, одржавања доброг здравља, побољшања физичких способности, квалитетнијег коришћења слободног времена, и постизања примерених спортских резултата.

У намери да се оствари циљ, визија и мисија, практичари и организације у области јоге се ослањају на међународне јога стандарде и законске прописе и Систем правила надлежног националног Јога савеза Србије који су обавезујући за све који желе да буду део интеграција у области јоге.

### 2.3 Очекивани исходи

До 2021. године остваривањем циљева из Програма развоја јога спорта очекујемо следеће исходе:

- Министарство просвете надлежно за школски спорт и физичко васпитање препознаје потенцијале јоге у остваривању васпитно-образовних циљева. Деци и омладини школског узраста омогућено је учествовање у јога вежбању и организованим спортским јога активностима унутар школског спорта;
- Више деце и омладине укључено је у систем јога спорта практикујући „Арт јогу“ преко спортских организација и савеза;
- Повећано је учешће грађана у оквиру организација у области јога спорта;

- Спортисти у области јоге освајају већи број признања или медаља на великим међународним спортским јога такмичењима;
- Повећан број спортиста и организација у области јога спорта који могу равноправно и са успехом да учествују на међународним спортским такмичењима;
- Унапређен је стручни рад у области јога спорта, као и квалитет рада организација у области јога спорта кроз повећање броја стручно школованих и стручно оспособљених спортских стручњака и стручњака у спорту у области јоге;
- Организације у области јоге укључене су у систем финансирања на свим нивоима;
- Успостављен систем самоодрживости спортских јога организација, унапређењем и јачањем партнерства између спортског и пословног сектора;
- Повећано учешће особа са инвалидитетом, како у области јога спорта, тако и у области јога рекреативног вежбања;
- Повећан капацитет чланица Јога савеза Србије организовањем обука за писање програма и пројекта;
- Укључено више жена у бављење јога спортом, тако и у руководећи рад у организацијама у области јога спорта;
- Омогућена боља координација између свих чинилаца Јога савеза Србије и поштовање свих прописа и аката који регулишу област јога спорта, укључујући успостављање веће контроле примене и реализације овог Програма развоја;
- Повезана област јога спорта са осталим областима друштвеног живота;
- Повећана сарадња науке и јога спорта, користећи ресурсе Међународног научног друштва за интердисциплинарна истраживања у области јоге;
- Повећана медијска промоција значаја бављења јога спортом;
- Унапређено ангажовање представника Јога савеза Србије у међународним телима који представљају јогу.
- Развијена и унапређена спортска јога инфраструктура и остварено веће коришћење постојеће спортске инфраструктуре

Очекивани исходи се процентуално, оквирно, квантификују на следећи начин:

- повећан број деце и омладине која се организовано баве јогом за 10-16% до 2021. године;
- повећан број деце и младих који се баве јогом у оквиру школског и универзитетског спорта за 3-6% до 2021. године;

- повећан број рекреативаца и учесника масовног јога спорта, укључујући и стара лица, за 40-50% до 2021. године;
- повећан број соба са инвалидитетом који су укључени у област јога спорта за 20-30% до 2021. године;
- повећан број жена који се баве јогом за 5-10% до 2021. године;
- повећан број врхунских спортских резултата на међународним спортским такмичењима у области јоге за 10-15% до 2021. године;
- број организација у области јога спорта чији се програми финансирају из буџета РС до 2021. године подигнут са постојећих 0% на 70%;
- број међународних спортских такмичења која се организују у Републици Србији остаје на достигнутом нивоу, уз евентуално повећање до 5%;
- број остварених спортских кампова одржати на постојећем нивоу до 2021. године, уз повећање броја спортиста учесника тих кампова за 20%;
- повећан број квалификованих спортских стручњака ангажованих у организацијама у области јога спорта за најмање 20%;

#### **2.4 Правни оквир Програма развоја за област спорта – јога**

Исходи Програма развоја јоге као области спорта у Републици Србије биће остварени тако што ће сви актери спроводити активности у складу са Законом о спорту, подзаконским актима и Статутом надлежног националног Јога савеза Србије.

Рад спортских стручњака у области јоге одвија се у одговарајућим и безбедним условима за практиковање јоге како би се остварила максимална добробит и предупредиле негативне појаве. Рад спортских стручњака и спортских организација у области јоге усклађен је са законском регулативом која регулише рад у Систему спорта у Републици Србији и Системом правила надлежног националног Јога савеза Србије који обухвата: Правилник о Такмичењу у области јоге; Правилник о организацији такмичења у области јоге; Правилник о здравственој заштити спортиста у области јоге; Правилник о спречавању негативних појава у јога спорту; Дисциплински Правилник у области јоге; Правилник о стручном раду у области јоге и Судијски Правилник у области јоге.

Надлежни национални Јога савез Србије поштује и принципе утврђене у Европској јога федерацији, Европској спортској повељи, Кодексу спортске етике и Повељи спорта за све

Савета Европе, Међународној повељи о физичком образовању и спорту УНЕСКО-а, Резолуцији Генералне скупштине Уједињених нација 58/5 - Спорт као средство за промоцију образовања, здравља, развоја и мира и Белој књизи о спорту Европске уније.

Поред Закона о спорту, за област јога спорта у погледу правног уређења, од непосредне важности су и следећа подзаконска акта:

- Уредба о националним спортским признањима и новчаним наградама („Службени гласник РС“, број 8/13);
- Правилник о утврђивању здравствене способности спортиста за обављање спортских активности и учествовање на спортским такмичењима („Службени гласник РС“, број 15/12);
- Правилник о условима за обављање спортских делатности („Службени гласник РС“, број 63/13);
- Правилник о стручном оспособљавању за обављање одређених стручних послова у спорту („Службени гласник РС“, број 8/13);
- Правилник о начину вођења матичних евиденција у области спорта („Сл. гласник РС“, број 74/11);
- Правилник о садржају и обрасцу пријаве за евидентирање података о спортским организацијама, спортским савезима, спортским друштвима и спортским центрима („Службени гласник РС“, број 43/11);
- Правилник о одобравању и финансирању програма којим се остварује општи интерес у области спорта („Службени гласник РС“, број 49/12);
- Правилник о номенклатури спортских занимања и звања („Службени гласник РС“, број 7/13);
- Правилник о надзору над стручним радом у области спорта („Службени гласник РС“, број 92/11);
- Правилник о националној категоризацији спортских стручњака („Службени гласник РС“, број 25/13);
- Правилник о националној категоризацији спортова („Службени гласник РС“, број 25/13);
- Правилник о националној категоризацији врхунских спортиста („Службени гласник РС“, број 123/12);

- Правилник о евиденцијама које воде високошколске установе и друге организације које се баве оспособљавањем у области јога спорта („Службени гласник РС“, број 61/11);
- Правилник о дозволи за рад спортских стручњака („Службени гласник РС“, број 7/13);
- Правилник о ближим условима за обављање спортских активности и спортских делатности („Службени гласник РС“, број 17/13);
- Правилник о ближим условима и критеријумима за стипендирање врхунских спортиста аматера за спортско усавршавање и за доделу новчане помоћи врхунским спортистима са посебним заслугама („Службени гласник РС“, број 124/12);
- Правилник о спортским гранама и областима спорта у Републици Србији и спортским дисциплинама у оквиру спортских грана и области спорта („Сл. гласник РС“, број 51/2016);
- Правилник о надлежним националним спортским савезима за спортске гране и области спорта у Републици Србији, („Сл. гласник РС“, број 95/2016) и Правилника Европске јога федерације и Статута Јога савеза Србије;
- Закон о здравственој заштити у Републици Србији („Сл. гласник РС“, број 72/09)
- Правилник о ближим условима, начину и поступку обављања метода и поступака традиционалне медицине („Сл. гласник РС“, број 107/05).

### **3. ИЗАЗОВИ У СПРОВОЂЕЊУ ПРОГРАМА РАЗВОЈА**

Јасно препознавање изазова у спровођењу Програма омогућиће проналажење начина за њихово превазилажење.

#### **3.1 Статус јоге у свету**

Иако присутна око 4000 година јога и данас споро проналази своје место у постојећим институцијама. Разлог томе је комплексност јога концепта који је тешко сврстати у надлежност постојећих институција које треба да подстичу и надзиру рад у области јоге. Концепт јоге обухвата етичка начела и хумане вредности, али и методе и технике физичког вежбања, релаксације, дисања, управљања пажњом, управљања умним процесима и расположењем. Не треба се чудити што је овако широк концепт у многим земљама обухваћен надлежношћу више министарстава. У нашој земљи област јоге у далежности је Министарства омладине и спорта али и Министарства здравља.

И поред постојања међународних савеза у области јоге на свим нивоима тек је последње деценије двадесетог века у „јога заједници“ постигнут консензус о томе да се изједначи статус такмичара и нетакмичара. Јога изворно није оријентисана на такмичење, међутим све је више оних који то желе... На тај начин је створен простор да се у оквиру постојећих међународних институција паралелно развијају и једни и други. Из наведених разлога процес преговарања са Олимпијским комитетом касни.

Светска и Европска јога федерација настоје да заштите назив „јога“, јер се због популарности користи на непримерен начин; настоје да онемогуће нелегалан и нестручни рад од стране неедукованих особа, настоје да онемогуће издавање диплома од стране неакредитованих установа.

Овај Програм ће омогућити већу међународну сарадњу, мобилност спортских стручњака у области јоге, и веће учешће наших стручњака у међународним организацијама у области јоге ангажованих у решавању наведених изазова.

## 3.2 Старење становништва Србије

„Резултати пројекција становништва за период 2011-2041. године указују да ће у наредних тридесет година становништво Републике Србије и даље бити изложено деловању процеса демографског старења. Удео младих је низак и са тенденцијом даљег пада, док је удео старих висок и стално расте“<sup>23</sup>.

Овај Програм ће допринети интензивнијем ангажовању спортских и рекреативних јога организација са садржајима за старије грађане Републике Србије. На основу препоруке Европске јога федерације већ две године се у организацији Јога савеза Србије спроводи програм под називом „Јога за здраво старење“. Међутим, тек предстоје активности које треба спровести како би се систематски јога приближила овој категорији становништва будући да сва спроведена медицинска истраживања указују да јога може бити од велике користи у спровођењу програма за здраво старење.

## 3.3 Навике као изазов који треба превазићи

Скоро 65% полазника који се одреде за практиковање јоге као мотив наводе „нормализацију телесне тежине“. У Републици Србији је гојазан скоро сваки пети одрасли становник (18,6%), сваки трећи становник конзумира цигарете (33,6%), око 40% свакодневно или повремено конзумира алкохол, а скоро половина становништва има хипертензију (46,5%)<sup>24</sup>. Скоро 74% полазника који се одређују за практиковање јоге наводе да се по први пут организовано баве физичким вежбањем. Треба имати у виду да се 40% становника ЕУ бави спортом бар једном недељно, а у РС једном недељно бави се само око 10%. 34% становника ЕУ-28 изјављује да се никада не бави физичким вежбањем, док се у РС никада не бави физичким вежбањем чак 56% популације<sup>25</sup>.

Овај Програм треба да допринесе решењу овог изазова омасовљењем јога спорта, имајући у виду да се јога може практиковати и на радном месту (Јога за запослене), у кући, у природи у „Јога парку“, да за практиковање јоге нису потребне посебне справе нити помагала, превазилази се кључни узрок пасивности „недостатак расположивог времена“.

<sup>23</sup> Стратегија развоја спорта у Републици Србији.

<sup>24</sup> Резултати истраживања Института за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут“.

<sup>25</sup> Резултати компаративне анализе ЕК (Eurobarometra) на територији ЕУ и ЦЕСИД на територији РС.

### **3.4 Финансирање у области јога спорта**

Финансирање јога спорта је отежано услед отежаног функционисања домаће економије, пада стандарда; финансијски слабих јединица локалне самоуправе; неадекватне или недостајуће спортске инфраструктуре; ограничења у спонзорству; изосталих прихода од продаје ТВ права и од улазница. Овај Програм треба да помогне финансирање програма у области јоге у многим јединицама локалне самоуправе као и адекватну контролу наменски утрошених одобрених средстава и ефеката реализације програма.

### **3.5 Спортски објекти**

Овај Програм треба да помогне већем коришћењу постојеће спортске инфраструктуре имајући у виду да је она до сада била мало доступна за коришћење спортистима из области јоге. Програм покушава да одговори и на потребу за изградњом тренажног центра за област јоге.



## 4. СТРАТЕШКИ ОКВИР

Програм је комплементаран са Националном стратегијом развоја спорта у Републици Србији, Националном стратегијом за младе („Службени гласник РС“, број 55/08) и Стратегијом очувања и јачања односа матичне државе и дијаспоре и матичне државе и Срба у региону („Службени гласник РС“, бр. 4/11 и 14/11).

### 4.1 Чиниоци система јога спорта у Републици Србији

Основу функционалности Јога савеза Србије као надлежне националне организације чини регионализација, која на најбољи начин одговора захтевима. Сваки од наведених региона има своју организациону аутономност која је у функцији спровођења овог Програма. Основа функционалности лежи у двосмерној организацији и комуникацији (од базе ка врху и од врха ка бази).

Активности Јога савеза Србије, а с циљем рационалности спроводе по територијалном принципу.

Чиниоци система јога спорта у Републици Србији делују у невладином сектору:

- Надлежни национални Јога савез Србије;
- Територијални Војвођански јога Савез;
- Београдски јога Савез;
- Међународно друштво за научна интердисциплинарна истраживања у области јоге;
- Спортске организације у области јоге у јединицама локалне самоуправе.

Програмом су предвиђени механизми који ће довести до повезивања науке и праксе и њиховог заједничког деловања ради унапређења области јога спорта и репрезентовања Републике Србије на светској спортској и научној сцени.

Из Програма развоја произилазе задаци надлежног националног **Јога савеза Србије** и то да, користећи своју мрежу, учини јогу доступном, координира активности својих чланица, да обавља послове којима се обезбеђују услови за праћење, развој и унапређење јоге као

рекреативног нетакмичарског спорта, као такмичарског спорта, као школског спорта, јога спорта у дијаспори и врхунског јога спорта у неолимпијским спортовима и да остварује међународну спортску сарадњу у оквирима своје надлежности. Као надлежни национални савез за област спорта – јога Јога савез Србије путем спортских правила уређује обављање спортских активности и спортских делатности, спроводи активности на развоју области спорта - јога, односно спортских активности и делатности у подручју свог деловања, усклађивања активности својих чланова, репрезентовања националног јога спорта у подручју свог деловања, стварања услова за постизање врхунских спортских резултата, учешћа у унапређивању стручног рада спортских стручњака, подстицања бављења спортом, посебно деце и омладине, у свом подручју деловања и организовања и вођења спортских такмичења.

Задатак територијалног **Војвођанског јога савеза** у области јога спорта је да спроводи циљеве овог Програма развоја, уређује и решава спортска питања од заједничког интереса на територији АП Војводина, да директно сарађује са јединицама локалне самоуправе и надзире активности између локалних власти и спортских организација. Војвођански јога савез је својеврсни сервис својих чланица и стога је потребно даље унапређење стручних и других капацитета. Приоритет је унапређење локалне спортске средине, уз подршку свим активностима које промовишу значај практиковања јоге. У сарадњи са омладинским организацијама на локалу треба истражити потребе младих у локалној заједници и пружити програм јоге прилагођен потребама.

Задатак територијалног **Београдског јога савеза** је да спроводи циљеве овог Програма обезбеђујући ефикасну координацију свих спортских активности и програма на територији Београда, са циљем да се стимулишу акције на локалном нивоу будући да је највећи број спортских удружња за област јоге из Београда, на повећању физичких активности становништва и адекватног коришћења слободног времена. Радити на обезбеђењу подршке за остваривање спортске инфраструктуре за област јоге.

Треба обезбедити услове да у свакој јединици локалне самоуправе постоји територијални спортски јога савез.

**Спортска удружења** за област спорта – јоге у јединицама локалне самоуправе имају посебно значајно место у примени овог Програма. Имајући у виду потребу грађана Србије, старосну структуру и све већу заинтересованост грађана да практикују јогу због делотворности јоге на здравље неодложно треба спровести све задатке овог Програма. Спортске организације

(спортска удружења – клубови из области јоге) највише су под притиском недостатка финансијских средстава. Највећи број спортских удружења за област спорта - јога до сада није имао приступ буџетским средствима, а нема ни приступ средствима из приватног сектора.

И поред тога, све чланице у области јога спорта у Републици Србији оствариле су завидне резултате који јогу у Србији сврставају у сам врх у Европи.

## **4.2 Приоритети Програма развоја**

У складу са националном Стратегијом спорта у Републици Србији, овим Програмом развоја су дефинисане четири приоритетне области, као и општи и посебни циљеви.

Јога као област спорта доприноси физичкој спремности, добром стању менталног здравља и социјалном повезивању (у виду организоване или неформалне рекреације – нетакмичарски и као такмичарски спорт).

Програм развоја своје деловање посебно усмерава на следеће приоритете:

- развој области јога спорта код деце и омладине, укључујући школски и универзитетски спорт;
- омасовљење - подстаћи што већи број грађана на бављења јога спортом кроз развој и унапређење јоге као вида спортске рекреације;
- развој и унапређење врхунског спорта у области јоге;
- развој и унапређење спортске инфраструктуре.

Остварење циљева Програма могуће је уз тимски рад и заједничке активности свих чинилаца надлежног националног Јога савеза Србије.

#### **4.2.1 Развој јога спорта деце и омладине, укључујући школски и уневерзитетски спорт**

Физичка активност је природна форма кретања која подразумева изазов и уживање засновано на игри. Научна истраживања указују да је практиковање јоге погодно за физичку и психолошку добробит деце и суштински је битан за превенцију здравствених проблема.

Овај Програм доприноси да јога у свим облицима буде појединачно доступна свим младима без дискриминације уз уважавање посебних потреба сваког старосног узраста. Практиковање јоге (посебно нових форми “Арт јога”) је прихваћено као сврсисходно за децу и омладину и има позитиван утицај на њихов физички, психолошки и друштвени развој. Јога је привлачна младима па своје слободно време проводе на отвореном простору практикујући јога вежбе.

Потребно је децу анимирати да се баве физичким вежбањем и да је јога један од могућих модалитета, кроз забаву и игру. Квалитет физичког образовања и спортске обуке треба да буде унапређен увођењем садржаја из области јоге. Стручњаци у области јога спорта треба да се ангажују да младе и њихове родитеље упознају са могућностима бављења јогом у локалу, како могу да наставе да се баве спортом након завршетка школе, те да пробају са практиковањем јоге и онда донесу одлуку да ли ће наставити. Спортски стручњаци у области јоге у сарадњи са наставницима физичког васпитања треба да упознају децу са предностима Арт јоге која кореографијом интегрише покрет, дисање, ритам и мелодију имајући у виду да ниво и интензитет тренажног процеса и такмичења треба да буде адекватан њиховом узрасту, физичком и менталном стању.

Све организације у области јоге треба активно да се супротстављају опасностима пред којима се налазе млади спортисти, као што су насиље, допинг, нелегални рад, прерана специјализација, прекомерно тренирање и експлоатативне форме комерцијализације, прерано прекидање породичних веза и губитак спортских, социјалних и културних веза.

Препорука ЈСС-а чланицама је да деца не плаћају чланарину у спортским организацијама, или да она буде примерена могућностима родитеља. Тако ће се повећати учешће деце у јога спорту. Препорука за такмичаре Јога савеза Србије је да спортски клубови уз сениорске екипе имају и дечје екипе.

Применом овог Програма треба да се обезбеди:

- да млади у Републици Србији развију љубав према јога спорту;
- да се подстичу јога манифестације које привлаче децу и омладину;
- да се унапреди стручни рад у области јога спорта деце и омладине;
- да јачају везе између школа и организација у области јога спорта.

**Општи циљ:** јога спорт укључен у школски и универзитетски спорт равноправно са другим спортовима;

У оквиру општег циља развоја јога спорта деце и омладине, **посебни циљеви** су:

- унапређена сарадња са МОС, МПНТР, школама и универзитетима ради промоције јога спорта;
- јога спорт укључен у спортске секције и друге ваннаставне активности у оквиру школског и универзитетског спорта;
- унапређено медијско праћење и промоција примене јога спорта с циљем неговања културе спортског понашања, сарадње, толеранције и поштовања различитости на спортским теренима.

#### **4.2.2 Повећање обухвата бављења грађана јога спортом**

Програм има за циљ је да се унапреди одржив рекреативан и такмичарски спорт у област јоге за што већи броја грађана Републике Србије. Бављење јогом мора бити хумано, слободно и добровољно, здраво и безбедно, у складу са природном средином и друштвеним окружењем, фер, толерантно, етички прихватљиво, одговорно, независно од злоупотреба и циљева који су супротни спортском духу и доступно свим грађанима под једнаким условима без обзира на узраст, ниво физичке способности, степен евентуалне инвалидности, пол и друго лично својство<sup>26</sup>.

Практиковање јоге обезбеђује многобројне користи: унапређење здравља, унапређење индивидуалне здравствене заштите, посебно борбе против растућег проблема гојазности; превенције болести и рехабилитације; спречавање антисоцијалног понашања; омогућава

<sup>26</sup> Стратегија развоја спорта у Републици Србији

дуже радне ангажованости и развоја радних способности; унапређује индивидуалне и колективне способности<sup>27</sup>.

Примена Програма развоја у области јоге као рекреације обезбедиће:

- стварање одрживости организација који се баве јогом као видом рекреације с циљем повећања обухвата бављењем јогом;
- остварење програма и пројеката у области јоге као спортске рекреације на остварењу рекреативних манифестација;
- прилику за младе да се баве рекреативним јога вежбањем с циљем стицања навике бављења јога спортом.

**Општи циљ:** повећан обухват бављења јога спортом у свим структурама становништва, посебно деце, младих, жена, особа са инвалидитетом и старих.

**Посебни циљеви:**

- подстакнуто значајније укључење организација спортске јога рекреације и спорта особа са инвалидитетом у реализовање пројеката уз финансијску подршку јединица локалне самоуправе;
- унапређена сарадња организација јога спортске рекреације са школским и универзитетским спортом, с циљем повећања обухвата бављења јогом у свим сегментима становништва, посебно деце, младих, жена, особа са инвалидитетом и старих;
- унапређена сарадња са удружењима и савезима пензионера, спортским покретима трећег доба, невладиним организацијама ради повећања обухвата и развоја нових облика и садржаја који су намењени старим особама у функцији одржавања здравља, виталности и дигнитета;

---

<sup>27</sup> Лисабонска конвенција из 1998. године, Бела књига о спорту из 2004. године, Препорука Светске здравствене организације о исхрани и физичкој активности из 2007. године биле су полазиште за одлуку Европске уније у децембру 2010. године да до 2020. године покрене нових 100 милиона Европљана на редовну физичку активност, као основе за очување и унапређење здравља становништва. У приоритетне задатке сваке државе спада и промоција здравих стилова живота и пружање могућности свим грађанима да се баве спортским активностима.

- унапређено финансирање развоја јога спорта у Републици Србији из Фонда за развој спорта;
- повећана свест о важности редовне физичке активности практиковањем јоге.

### 4.2.3 Развој и унапређење врхунског јога спорта

Циљ је да се препознају најталентованији спортисти у области јоге. Јога савез Србије треба да пружи подршку у препознавању талента; пружању одговарајућих услова; развој и подршке кроз спортску науку; охрабривање тренирања уз примену научних метода; едукација за тренере; помоћ чланицама у обезбеђивању постојања одговарајућих структура. Партнерство између јавних власти, спортских јога организација и привреде је неопходно да би се обезбедио хармоничан и интегрисан развој јога спорта и обезбедило постизање врхунских спортских резултата.

Применом овог Програма циљ је да се:

- обезбеди већи обим финансијских средстава за оне спортске организације и спортисте које су способни да постигну врхунске резултате на светској сцени у области јоге;
- спортистима у области јоге обезбеде услови, ресурси и могућности у циљу максималног испољавања њихових потенцијала, као и услови за тренинг по највишим светским критеријумима, како би били спремни за постизање најбољих резултата на међународним такмичењима;
- привуку и ангажују најбољи спортски стручњаци у организацијама у области јога спорта у Републици Србији, у циљу подизања квалитета стручног рада.

**Општи циљ:** наставак обезбеђивања услова за развој врхунског јога спорта и стварање услова за развој професионалног јога спорта.

**Посебни циљеви:**

- даље унапређење стручног рада у области врхунског јога спорта;
- унапређени услови за развој спортисте до врхунског резултата;
- дефинисана и унапређена област професионалног јога спорта.

#### **4.2.4 Развој и унапређење спортске јога инфраструктуре и веће коришћење постојеће спортске инфраструктуре**

Применом овог Програма у области спортске инфраструктуре циљ је да се:

- изгради тренинг јога центар;
- спортским организацијама у области јоге омогући коришћење постојеће националне спортске инфраструктуре.

**Општи циљ:** изградња и већи степен коришћења постојеће спортске инфраструктуре од стране организација у области јога спорта.

##### **Посебни циљеви:**

- анализа потреба за инфраструктуром и укључење јога спорта у коришћење постојеће спортске инфраструктуре
- изграђен тренинг центар за област јоге.

#### **4.2.5 Остали циљеви**

Поред наведених приоритета, Овај Програм је усмерена и ка другим сегментима система јога спорта у Републици.

##### **4.2.5.1 Подизање капацитета јога спорта на свим нивоима**

Циљ овог Програма је да се од чланица ЈСС структурира систем способних, одрживих и координисаних спортских организација који обезбеђују квалитетне услове за бављење јога спортом у оквиру својих надлежности. Надлежни национални Јога савез Србије даје јасне смернице у подизању нивоа рада и пружа подршку чланицама.

**Општи циљ:** успостављен стабилан систем управљања и финансирања јога спорта у Републици Србији; континуирана едукација, више укључивање у систем јога спорта жена, маргинализованих група и волонтера.



**Посебни циљеви:**

- повећани капацитети организација у области јога спорта за програмско финансирање из јавних прихода (планирање, реализација, контрола);
- повећани капацитети територијалних савеза за аплицирање ка фондовима Европске уније и другим приступним фондовима;
- унапређена стручност и капацитети спортских организација у области јога спорта за писање пројеката и понуда ка спонзорима и донаторима;
- укључен већи број жена и маргинализованих група у систем јога спорта у РС.

**4.2.5.2 Стручно и научно-истраживачки рад у јога спорту и информационим системима**

За развој јога спорта неопходни су квалитетни стручњаци (кадрови) на свим нивоима. Учесници у вођењу или надгледању спортских активности треба да имају одговарајуће квалификације, при чему посебну пажњу треба да поклањају заштити безбедности и здравља људи са којима се ради. Стручни рад у области јоге обезбеђује се и континуираном јога едукацијом (усавршавањем). Спортски стручњаци у области јоге с циљем даљег континуираног усавршавања пролазе програме одобрене од стране надлежног националног Јога савеза Србије. Осим ових програма, спортски стручњаци у области јоге могу похађати и програме континуираног усавршавања организованих од стране МОС-а и Спортског савеза Србије.

Надлежни национални Јога савез Србије треба да развије систем за сакупљање и дистрибуцију релевантних информација о јога спорту на локалном и националном нивоу. На тај начин ће се омогућити исправно управљање али и помоћ за спровођење одговарајућих научних истраживања. Након прикупљања информација, спровођења истраживања и добијања научних резултата истраживања, иста се могу публиковати у научном часопису за јогу „Смисао“ који издаје Међународно друштво за научна интердисциплинарна истраживања у области јоге уз подршку Јога савеза Србије. Публиковани резултати истраживања се дистрибуирају заинтересованим странама, на локалном, регионалном, националном и међународном нивоу.

**Општи циљ:** унапређен стручни и научно-истраживачки рад у јога спорту и информационим системима.

**Посебни циљеви:**

- унапређен стручни рад у области јога спорта;
- унапређен научно-истраживачки рад у области јоге;
- унапређени информациони системи у области јога спорта.

**4.2.5.3 Међународна спортска сарадња и јога спорт у дијаспори**

Овај Програм треба да допринесе повећаној међународној спортској сарадњи. И поред велике заступљености наших спортских стручњака у области јоге у многим међународним телима сарадњу треба повећавати и даље. Сарадња треба да обухвати и нашу дијаспору која у све већем броју исказује заинтересованост за практиковањем јоге.

**Општи циљ:** унапређена међународна спортска сарадња и јога спорт у дијаспори.

**Посебан циљ:** остварена међународна сарадња и развој јога спорта у дијаспори.

**4.2.5.4 Спортски туризам и партнерство између јога спорта и животне средине**

Туризам и спорт се све више преплићу, што нарочито долази до изражаја током великих спортских догађања. Међународни фестивал јоге који се спроводи у организацији Јога савеза Србије<sup>28</sup> окупља све више иностраних учесника, али и посматрача из иностранства. Јавни „флеш моб“ јога перформанс својеврсна је туристичка атракција која се спроводи у Београду и Новом Саду више година за редом. Заједничко деловање туризма и јога спорта у наредном периоду значи деловање у складу са модерним европским начином пословања у ове две области. Туризам и спорт представљају добар пут и за интегрисање у европске туристичке токове. Овај спој води бољем уважавању и разумевању различитости које постоје међу људима. Савремени спорт и савремени туризам међусобно су се испреплетали у нераздвојној интеракцији.

Јога савез Србије промовише здрав начина живота и редовне физичке активности. Све чланице Јога савеза Србије подстакнуте су да пронађу начине да смање негативне последице попут потрошње енергије, загађења ваздуха, емисије гасова који изазивају ефекат стаклене баште као и оних штетних по озонски омотач, одстрањивање отпада, ерозије и штетних

---

<sup>28</sup> У 2017. години биће организован Осми Међународни фестивал јоге – Србија 2017.

утицаја по био диверсификацију средине. Област јоге се развија у складу са правилима очувања еколошке исправности, поштујући принцип да је здрава средина предуслов за здрав спорт.

**Општи циљ:** унапређен однос јога спорта и туризма и животне средине.

**Посебан циљ:** подстакнуте и ојачане везе јога спорта и туризма и животне средине.

#### 4.2.5.5 Медији у спорту

Већина спортских медија издваја значајан простор за садржаје који дотичу различите аспекте спорта, али не и јогу. Дугогодишња медијска изолација прекинута је ретким појединачним наступима представника Јога савеза Србије. Међутим, многе приредбе, предавања и манифестације остале су без медијске пажње, па је стога руководство Јога савеза Србије одлучило да покрене свој медијски интернет портал „Јога ТВ“ преко кога је упознавала јавност са многобрајним манифестацијама, такмичењима, акцијама, и, на неки начин, документовала историју развоја спорта у области јоге. Садржаји овог медијског портала презентују академски (научно-стручни) приступ области јоге. И поред тога, надлежни национални Јога савез Србије препоручује чланицама широм Србије да и даље теже да успоставе сарадњу са локалним медијским кућама, а с циљем медијске подршке области јога спорта и медијске покривености приредби које организују. Треба имати у виду да је врло мало новинара који су упознати са облашћу јога спорта. Препорука надлежног националног Јога савеза Србије својим чланицама је да испоље стрпљивост и упорност у упознавању спортских новинара са добробитима јога праксе.

**Општи циљ:** унапређена сарадња организација у области јоге и медија

#### **Посебни циљеви:**

- медијска промоција јога спорта као здравог начина живота;
- спортски новинари упознати са облашћу јога спорта и активностима ЈСС;
- повећана свест грађана о позитивним вредностима јога спорта.

#### 4.2.5.6 Негативне појаве у спорту

Посебан изазов за развој спорта у Републици Србији јесте насиље на спортским приредбама. Међутим Јога савез Србије ове године организује и спроводи осмо по реду државно

првенство, трећи Београдски Арт јога фестивал, осми Међународни фестивал јоге и ни једном, за све ове године није забележено насиље ни било који вид недоличног понашања.

И поред тога, надлежни национални Јога савез Србије овом Стратефијом препоручује чланицама да и даље спречавају могућност појаве насиља и недоличног понашања на спортским приредбама, укључујући и појаву расистичких испада, да и даље спроводе мере и активности на спречавању допинга у спорту.

**Општи циљ:** унапређене мере за спречавање свих негативних појава у јога спорту (насиље, допинг, намештање резултата такмичења, нелегално клађење и сл.).

**Посебни циљеви:**

- успостављен механизам за доследну примену Националне стратегије за борбу против насиља и недоличног понашања гледалаца на спортским приредбама за период 2017-2021. године;
- унапређени механизми за борбу против манипулација на спортским такмичењима у области јоге;
- унапређен нормативни и организациони оквир којим се регулише и обезбеђује спречавање допинга у спорту.

## 5. СПРОВОЂЕЊЕ, ПРАЋЕЊЕ, ОЦЕЊИВАЊЕ И ИЗВЕШТАВАЊЕ

### Примена

Примена Програма је опредељена Акционим планом, који је саставни део овог Програма. Програмом развоја у области јога спорта су дефинисани општи и посебни циљеви, мере и активности за њихово остварење, носиоци задужени за њихово остварење, термински план, као и процена да ли су за њихово остварење потребна средства.

### Праћење

У складу са Акционим планом за спровођење Програма развоја у области јога спорта, праћење се спроводи у редовним временским интервалима, а у складу са Законом о спорту и прописима Европске јога федерације спроводе се извештавања надлежних установа.

### Доношење оцена

Напредак у спровођењу Акционог плана утврђује се оцењивањем. Увид у оцене омогућава предлагање корективних мере и измене. На основу дефинисаних показатеља коришћењем годишњег извештаја о раду спроводи се редовно оцењивање једном годишње. У оцењивању се користе и други извори. Упоредјују се интерни са екстерним изворима информација. У зависности од врсте показатеља, процењује се остварење и ефекти планираних и остварених активности.

У складу са степеном остварене активности доносе се следеће оцене (спроведена/делимично спроведена/није спроведена):

Оцена	Значење
спроведена	активност је остварена у складу са програмом и нису потребне додатне мере
делимично спроведена	активност је остварена, али су потребне додатне мере да би се квалитет учинка унапредио до планираног нивоа
није спроведена	активност није остварена па су потребне мере да би се планирана активност остварила

Табела бр. 4: Значење оцена

Путем годишњег извештаја, Јога савез Србије оцењује степен спровођења активности. Уколико буде потребно, Јога савез Србије може ревидирати Програм развоја у циљу унапређења његове ефективности и одрживости. По истеку периода предвиђеног за спровођење Програма развоја, оцена садржи препоруке, закључке, научене лекције и приказује најбољу праксу по питању спровођења Програма.

### **Извештавање**

У годишњем извештају о спроведеним активностима Јога савез Србије објављује информације о спровођењу Програма развоја у којем се исказује степен спровођења циљева и активности, проблеми и изазови. Извештај је основ за преиспитивање приоритета и планираних активности у Акционом плану.

### **Финансијски ефекти Програма развоја и Акционог плана у области јога спорта у РС**

Остварење циљева овог Програма вршиће се у оквирима планираних финансијских, материјалних и људских ресурса. У складу са могућностима, одређене активности и задаци могу се финансирати из јавних конкурса за доделу буџетских средстава из средстава донација и кроз јавно-приватно партнерство.

### **Акциони план за спровођење Програма развоја за област јога спорта у Републици Србији за период од 2017-2021**

Програм развоја за област јога спорта садржи својеврсни акциони план за спровођење циљева овог Програма. Акциони план је саставни део овог Програма.

### **Завршна одредба**

Програм објавити на службеној интернет страници надлежног националног Јога савеза Србије.

Председник Јога савеза Србије