

ПРОМЯНА В СПОРТНИТЕ НАГЛАСИ НА СТУДЕНТИТЕ СЛЕД ЕКСПЕРИМЕНТАЛНО ИЗУЧАВАНЕ НА СПОРТНО-ОБРАЗОВАТЕЛЕН КУРС

Бисер Цолов¹, Йордан Иванов², Ваня Цолова³

¹Национална спортна академия «В. Левски»

^{2,3} Минно-геоложки университет "Св. Иван Рилски", 1700 София

РЕЗЮМЕ: Проучването бе насочено към установяване промяната в нагласите (интересите и потребностите) на студенти след експериментално изучаване на теоретичен спортно-образователен курс. Съдържанието на експеримента включваше формиране на група от 21 студенти (I и II курс) в МГУ "Св. Ив. Рилски", които в продължение на една учебна година се включиха да изучават лекционен курс "Спортология и интелект". Курсът с годишен хорариум от 46 учебни часа включва три модула: "Философски основи на спорта", "Общотеоретични основи на спорта за всички" и "Приложни основи на спорта за всички". За установяване промяната в нагласите на студентите бе използвана, разработена от доц. Й. Иванов (2006), анкетна карта, съдържаща 10 въпроса. Резултатите от експеримента потвърждават необходимостта от промени в образователния процес по "Физическо възпитание и спорт" в МГУ «Св. Ив. Рилски».

CHANGE IN STUDENTS' SPORT ATTITUDE FOLLOWING EXPERIMENTAL STUDY OF SPORT EDUCATIONAL CLASS¹

Biser Tsolov¹, Yordan Ivanov², Vania Tsoleva³

¹ NSA V. Levski,^{2,3} University of Mining and Geology "St. Ivan Rilski", 1700 Sofia

ABSTRACT: The study was intended towards determining the change in attitude (interests and aspirations) of students following an experimental study of theoretical sport educational class. The content of the experiment included the forming of a group of 21 students (I and II course) in MGU St. Iv. Rilski, which during the course of one semester year involved in the study of a lecture class "Sportology and intellect". The course is with an annual curriculum of 46 classes and includes three modules: "Philosophical grounds of sport", "General theoretical grounds of sport for all" and "Applicable grounds of sport for all". For the determining of the change in students' attitude was used developed by Y. Ivanov (2006) inquiry card consisting of 10 questions. The results from the experiment confirm the necessity for changes in the educational process on "Physical education and sport" in MGU St. Iv. Rilski.

Един от приоритетите за промяна през последните години, отразен в почти всички специализирани държавни документи, е свързан с необходимостта за повишаване на здравно-образователната и трудово-социална роля на спорта в българските университети. Успешното решаване на проблема може да стане само чрез повишаване ефективността на заниманията по физическо възпитание, както в редовния учебен процес (уроци в задължителна и факултативна форма), така и извън него (в свободното време) върху основата на задълбочени проучвания. Потози начин различните форми на спортните занимания ще бъдат адаптирани към интересите и потребностите на студентите, и спортът ще се превърне в силно изразен модулатор на физическата и духовната им същност (М. Бъчваров, Б. Цолов, Й. Иванов, 2005 и др.).

В тази връзка целта на проучването, което извършихме, бе насочено към установяване промяната в нагласите (интересите и потребностите) на студенти след експериментално изучаване на теоретичен спортно-образователен (спортологичен) курс. Използвахме известната маркетингова техника за анализ на данни "Преди - след

без контролна група". Експериментът провеохме в МГУ "Св. Рилски". За установяване промяната в нагласите на студентите използвахме разработена от Й. Иванов ([4, с.70-87]) анкетна карта, съдържаща 10 въпроса, всеки с по 4 отговора. Изискването бе анкетираните да изразят становището си по позициите (отговорите) на отделните въпроси в проценти, но така че общата сума от 4-те отговора да бъде 100% (например: 20%+10%+40%+30%=100%).

Съдържанието на експеримента включваше формиране на група от 21 студенти (I и II курс), желаещи в продължение на една учебна година да се включат в изучаване на лекционен курс "Спортология и интелект". Курсът, с годишен хорариум от 46 учебни часа, бе разработен от катедра "Физическо възпитание и спорт" и приет от Научно-методичния съвет на ХД в МГУ "Св. Ив. Рилски" през учебната 2005/06 г. (вж. табл. 1 – учебна програма). В началото и в края на експеримента изследваните студенти отговориха на въпросите от анкетната карта.

Таблица 1.

Учебна програма на курс "Спортология и интелект".

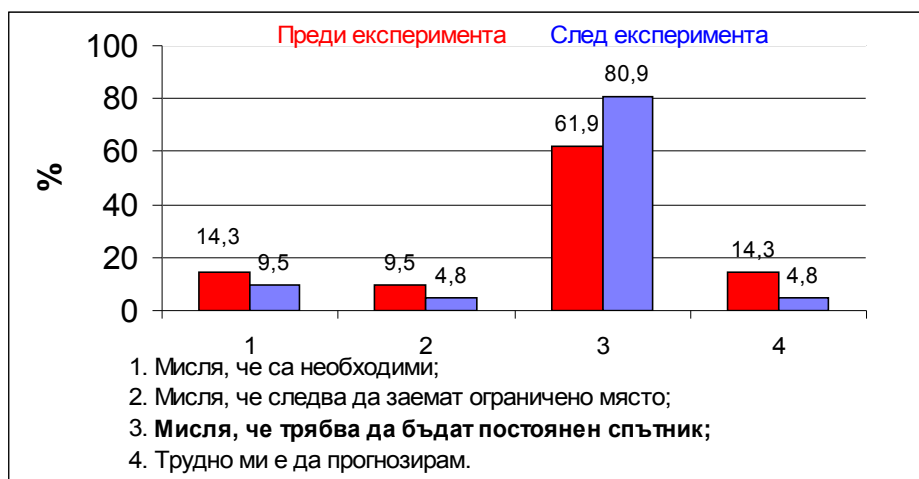
№	МОДУЛИ И МОДУЛНИ ЕДИНИЦИ	Лекции (часове)
I.	Философски основи на спорта	12
1.	Исторически и хуманистични корени на спорта – понятиен апарат.	2
2.	Социални, държавно-ведомствени и здравно-профилактични аспекти на спорта.	2
3.	Спорт, семейна среда и личност.	2
4.	Социални сфери на спорта.	2
5.	Спортологията като наука.	2
6.	Методологични основи на спортологията – медико-биологично начало.	2
II.	Общетеоретични основи на спорта за всички	18
1.	Инструментариум на спортните занимания – форми, средства и методи.	2
2.	Тренировката като адаптационен процес и процес на отражение на равнище организъм.	2
3.	Оптимални и стресови въздействия и тяхното отражение върху вегетативната и централната нервна система.	2
4.	Оптимални и стресови въздействия и тяхното отражение върху сърдечно-съдовата и дихателна система.	2
5.	Спорт, възраст и сексуална култура.	2
6.	Възраст, пол, социален статус и цели на спортните занимания.	2
7.	Форми, организация и видове спортни занимания за здраве, жизненост, красота, работоспособност и социализация на личността.	4
8.	Същност и развитие на основните физически качества при студентите с патологични отклонения.	2
III.	Приложни основи на спорта за всички	16
1.	Общи основи на самоконтрола за физическа годност на човека.	2
2.	Здравно-хигиенни и екологични принципи на спортни занимания на студенти с патологични отклонения.	2
3.	Хранене, питеен режим и здравословен начин на живот при занимания със спорт.	2
4.	Спорт, стрес, травматология и тяхната здравна профилактика.	2
5.	Спортът в лечебната физкултура.	2
6.	Специализирани физически упражнения на студенти със заболявания на нервната, дихателната и сърдечно-съдовата системи.	2
7.	Специализирани физически упражнения при бременност и послеродовия период.	2
8.	Събеседване върху изучавания материал и провеждане на писмен изпит за оформяне на оценка.	2

Анализ на резултатите

Ще анализираме динамиката на отговорите на 4 от въпросите, които са показателни за спортните нагласи на студентите.

Първият бе свързан с това: "Как бихте оценили нуждата от спортни занимания за здраве и жизненост?" Отговорите след експеримента (фиг.1) показват, че вследствие на

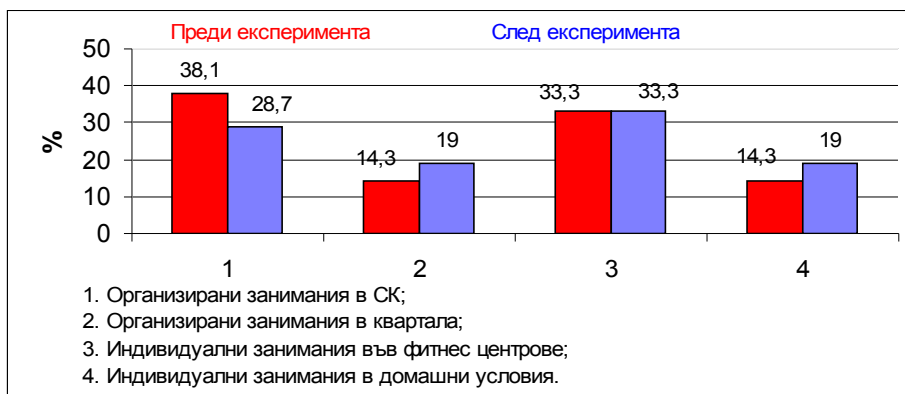
овладяните в курса знания за философските, общетеоретичните и приложни основи на спорта, се променят в положителна посока нагласите на студентите за спортуване. Показателен в тази посока е фактът, че от 61,9% преди експеримента, процентът на тези, които смятат, че спортът трябва да стане постоянен спътник в техния живот нараства на 80,9%.



Фиг. 1. “Как бихте оценили нуждата от спортни занимания за здраве и жизненост?”

Вторият въпрос, отразяващ аспекти на изследвания проблем бе: “Ако бихте спортували за здраве и жизненост извън процеса по физическо възпитание, какви форми на спортни занимания считате за най-подходящи в българските условия?” От фиг. 2 личи, че промяната е в посока повишаване на социално-психологичната

състоятелност на спортните занимания в квартала и в домашни условия. Това от своя страна потвърждава по-добрите, след експеримента, интелектуални представи у изследваните студенти за спортуване през целия живот.

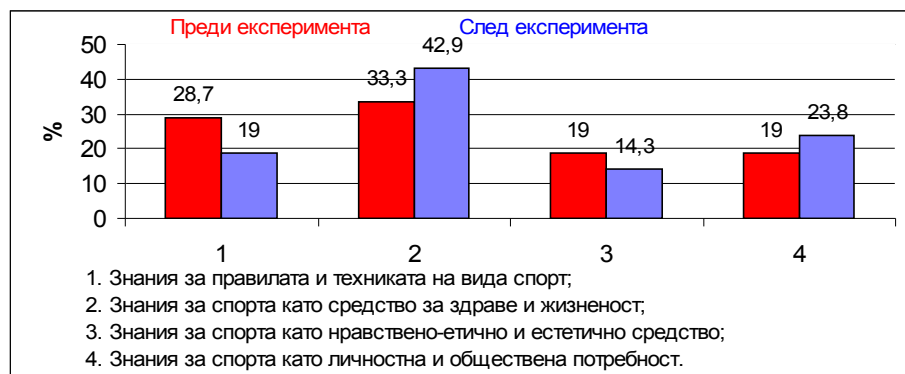


Фиг. 2. “Ако бихте спортували за здраве и жизненост извън процеса по физическо възпитание, какви форми на спортни занимания считате за най-подходящи в българските условия.”

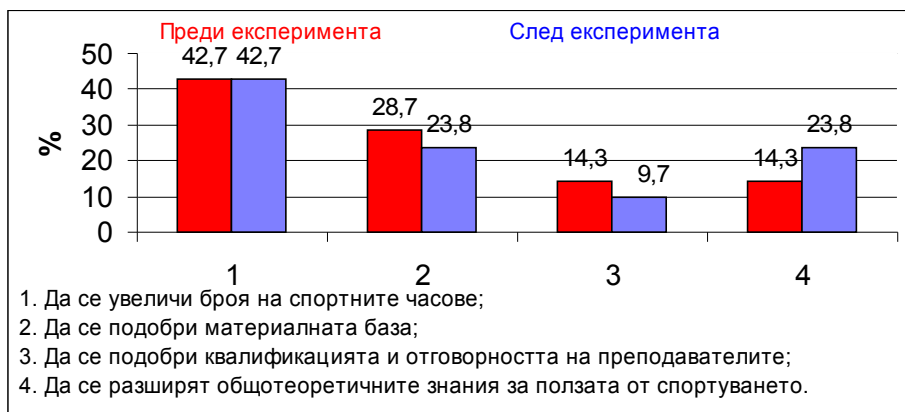
Третия въпрос бе свързан с това: “Как бихте определили в проценти някои образователни моменти на процеса по физическо възпитание?” Отговорите и тук потвърждават, че експерименталният курс е съдействал активно за повишаване на интелектуалната предствата на студентите за спортуване, в т.ч. на желанието им за овладяване на повече и по-пълни знания за спорта като средство за

здраве и жизненост, като личностна и обществена потребност (фиг. 3).

“Какви препоръки бихте дали, за да се подобри процесът по физическо възпитание във ВУ?”, бе четвъртият анализиран въпрос (фиг. 4)”



Фиг. 3. “Как бихте определили в проценти някои образователни моменти на процеса по физическо възпитание?”



Фиг. 4. “Какви препоръки бихте дали, за да се подобри процеса по физическо възпитание във ВУ?”

В отговорите се забелязват две значими препоръки, свързани с повишаване на хорариума от задължителни часове по физическо възпитание и промяна съдържанието на процеса в посока даване на по-богати теоретични знания за ползата от спортуването и за ролята му като средство за здравословен начин на живот.

Заклучение

Овладените теоретични знания в спортологичния курс, повече или по-малко, дават възможност на студентите да се подготвят и мотивират за ефективно използване на физическите упражнения и спорта в ежедневието им, като средство за здраве, жизненост и красота, за психо-физическа и функционална работоспособност, за по-добра социализация в обществото. Резултатите от експеримента, както и от предходни наши изследвания ([3, 4, 5]), потвърждават необходимостта от промени в спортния образователен процес в МГУ «Св. Ив. Рилски», така че в най-голяма степен той да бъде съобразен с интересите и потребностите на студентите. Има сериозна необходимост от повишаване образователното ниво на учебния предмет “Физическо възпитание и спорт” чрез даване на теоретични знания, включително и чрез специализирани лекционни форми, за целенасочено използване на физически упражнения през целия жизнен цикъл на човека. Резерви за подобряване съществуват и по отношение увеличаване на хорариума от задължителни спортни часове, така че той да отговаря поне на регламентирания в ЗФВС

Препоръчана за публикуване от катедра „Физкултура”,
Хуманитарен департамент

минимум, както и при усъвършенстване съдържанието на учебните програми и методиката за провеждане на спортните занимания.

Литература:

- Бъчваров, М., Б. Цолов, Й. Иванов.** Спортологични потребности на българското общество. -“Спорт и наука”, бр. 1, 2005.
- Иванов, Й., Б. Цолов.** Резерви за ефективизиране на учебния процес по физическо възпитание във ВУЗ (по материали от МГУ “Св. Иван Рилски”). –В: Сб. “Личност, мотивация, спорт”, бр. 4, 1998.
- Иванов, Й., Б. Цолов, В. Борисова.** Три основни проблема пред учебния процес по физическо възпитание и спорт в българските висши училища. Сб. на МГУ “Св. Ив. Рилски”, 48, 2005.
- Иванов, Й.** Спортология на образователната компонента във висшите училища. “Болид инс”, С., 2006.
- Цолов, Б., Й. Иванов.** Маркетингови измерения на спортологичните потребности на ...
- Цолов, Б.** Теоретико-приложни и образователни основи на маркетинга в спорта. Докт. дис., 2007.
- Цолов Б., Д. Дашева.** Проучване на отношението на студентите към заниманията с физически упражнения и спорт в свободното време. -“Спорт и наука”, бр. 4, 1998.