

## ТЕОРЕТИКО-ОБРАЗОВАТЕЛНИЯТ КУРС КАТО ФАКТОР ЗА ПОВИШАВАНЕ СПОРТОЛОГИЧНИТЕ ПОТРЕБНОСТИ НА СТУДЕНТИТЕ

Йордан Иванов<sup>1</sup>, Бисер Цолов<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Минно-геоложки университет "Св. Ив. Рилски"

<sup>2</sup>Национална спортна академия "В. Левски"

**РЕЗЮМЕ:** Проучването е насочено към установяване промяната в спортологичните потребности на студентите в "МГУ "Св. Ив. Рилски" след експериментално изучаване на теоретико-образователен курс. Курсът с наименование "Спортология и интелект" има тясно специализирана спортологична тематика, като съдържа 46 лекционни часа, отразяващи философските, общотеоретичните и приложните основи на спорта. Резултатите от едногодишното обучение в него, бяха установени чрез специално разработена анкетна карта, съдържаща 10 въпроса, всеки с по 4 отговора. Анализът им категорично доказва, че специализираното даване на знания съдейства за повишаване на спортологичните потребности на студентите. От друга страна резултатите могат да послужат за основа, върху която да се предприемат академични промени в съдържанието и структурата на задължителното обучение по физическо възпитание и спорт в Минно-геоложкия университет.

### THEORETICAL AND EDUCATIONAL TRAINING AS A FACTOR FOR INCREASING THE SPORTLOGICAL NECESSITIES OF STUDENTS

Jordan Ivanov<sup>1</sup>, Bisser Tzolov<sup>2</sup>

<sup>1</sup>University of Mining and Geology "St. Ivan Rilski"

<sup>2</sup>National Sport Academy "Vasil Levski"

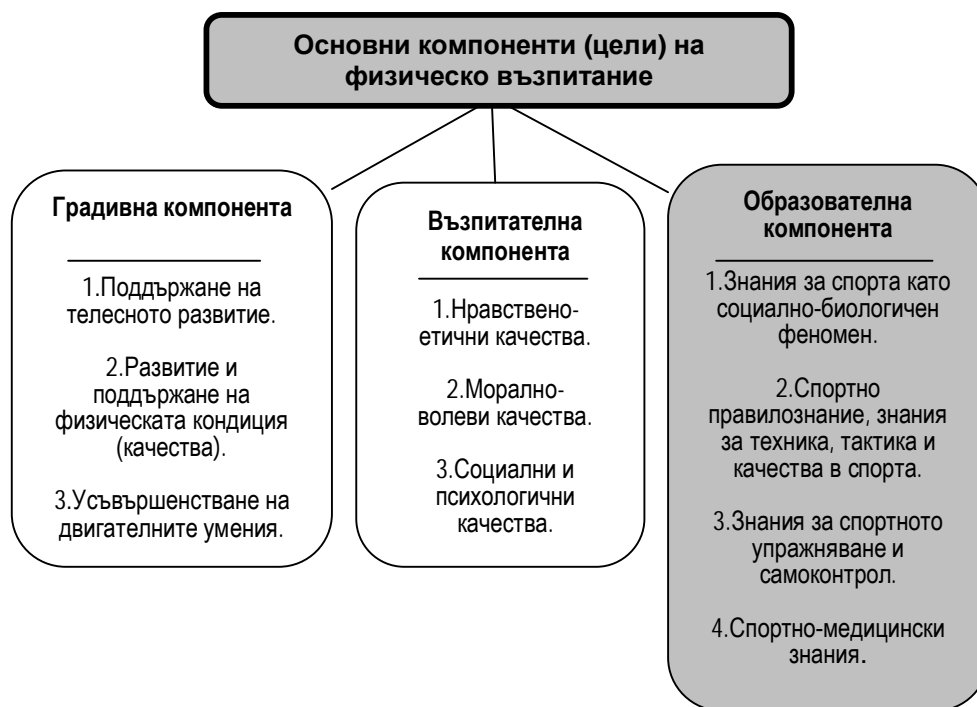
**ABSTRACT:** The study is directed to establishing the change in the sportlogical necessities of students at UMG "St. Ivan Rilski" after experimental study of a theoretical and educational course. It is named " Sportology and intellect" and is devoted to a specialized sportlogical topic containing 46 lectures revealing the philosophical, theoretical and applied bases of sports. The results obtained by one-year training were established by a specially developed questionnaire containing 10 questions each of 4 answers. Its analysis proved that the specialized training increases the sportlogical necessities of students. On the other hand the results might be used as a basis for academic changes in the content and structure of compulsory training in physical education and sport at UMG.

Процесът по физическо възпитание в образователната система е съвкупност от три основни компонента: образователна, възпитателна и гравивна (фиг. 1). При реализацията на първата от тях съществуват сериозни празноти, които принизяват физическото възпитание като учебен предмет за получаване на нови знания. Най-пълно образователните му цели се постигат при даването на знания по правилознание, знания за техниката и тактиката, и за физическите качества. Ограничени са обаче знанията за необходимостта от самостоятелно спортно упражняване и самоконтрол върху физическото развитие. Най-слабо, според нас е преподаването на знания за спорта като социално-биологичен феномен и неотменна част от бита на човека – спорт за цял живот (М. Бъчваров, Й. Иванов, Б. Цолов, 2005).

Това ни провокира да проведем експериментално проучване, насочено към изследване промяната в спортологичните потребности на студентите след изучаване на теоретико-образователен курс. Експери-

ментът бе проведен в две учебни години (2005/6 и 2008/9) в МГУ "Св. Рилски" с общ брой 41 студенти чрез специално разработена анкетна карта (Й. Иванов, 2006; Б. Цолов, 2008), 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%).

Същността на експеримента бе в следното. Студентите първоначално отговориха на въпросите в анкетната карта. След това в продължение на една учебна година изучаваха лекционния курс "Спортология и интелект", разработен от катедра "Физическо възпитание и спорт" и приет от Хуманитарния департамент в МГУ "Св. Ив. Рилски". Курсът е с годишен хорариум от 46 учебни часа и утвърдена учебна програма (табл. 1). В края на експеримента същите лица отговориха отново на въпросите от картата.



Фиг. 1. Основни компоненти на физическото възпитание като учебен предмет.

Таблица 1. Учебна програма на курс "Спортология и интелект".

№	МОДУЛИ И МОДУЛНИ ЕДИНИЦИ	Лекции (часове)
<b>I.</b>	<b>Философски основи на спорта</b>	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
<b>II.</b>	<b>Общотеоретични основи на спорта за всички</b>	18
1.	Инструментариум на спортните занимания – форми, средства и методи.	2
	Тренировката като адаптационен процес и процес на отражение на равнще организъм.	2
2.	Оптимални и стресови въздействия и тяхното отражение върху вегетативната и централната нервна система.	2
3.	Оптимални и стресови въздействия и тяхното отражение върху сърдечно-съдовата и дихателна система.	2
4.	Спорт, възраст и сексуална култура.	2
	Възраст, пол, социален статус и цели на спортните занимания.	2
5.	Форми, организация и видове спортни занимания за здраве, жизненост, красота, работоспособност и социализация на личността.	4
6.		4
7.	Същност и развитие на основните физически качества при студентите с патологични отклонения.	2
<b>III.</b>	<b>Приложни основи на спорта за всички</b>	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
	Спорт, стрес, травматология и тяхната здравна профилактика.	2
4.	Спортът в лечебната физкултура.	2
5.	Специализирани физически упражнения на студенти със заболявания на нервната, дихателната и сърдечно-съдовата системи.	2
6.	Специализирани физически упражнения при бременност и послеродовия период.	2
7.	Събеседване върху изучавания материал и провеждане на писмен изпит за оформяне на оценка.	2

Тук ще анализираме накратко динамиката в отговорите на 4 от въпросите, които са твърде показателни за потребностите на студентите и проблемите на спортния обучителен процес.

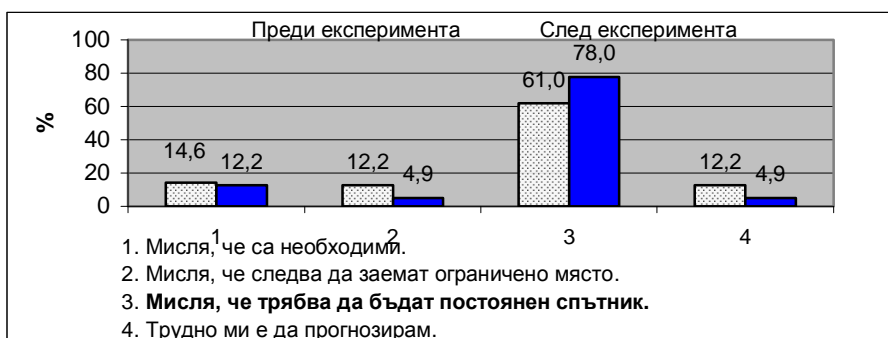
Първият бе: "Как бихте оценили нуждата от спортни занимания за здраве и дееспособност?" От фигура 2 ясно личи, че вследствие на специфичните знания за философските, общотероретичните и приложни основи на спорта, дадени в курса, се променят в положителна посока възгледите и нагласите на студентите. Красноречив е примерът, че от 61% преди експеримента, процентът на тези, които смятат, че спортът трябва да стане постоянен спътник в техния живот нараства на 78%.

Вторият въпрос, също много показателен за промяната в отношението на студентите, бе формулиран така "Ако бихте спортували за здраве и дееспособност извън часовете по физическо възпитание, какви форми на спортни занимания считате за най-подходящи в българските условия?" От анализиранияте отговори става ясно, че експерименталното въздействие е повлияло върху предпочитанието на бъдещите висшесте. Промяната е в посока повишаване на социално-психологичната състоятелност на спортните занимания в условията на квартала и във фитнес център, което от своя страна потвърждава по-добрите

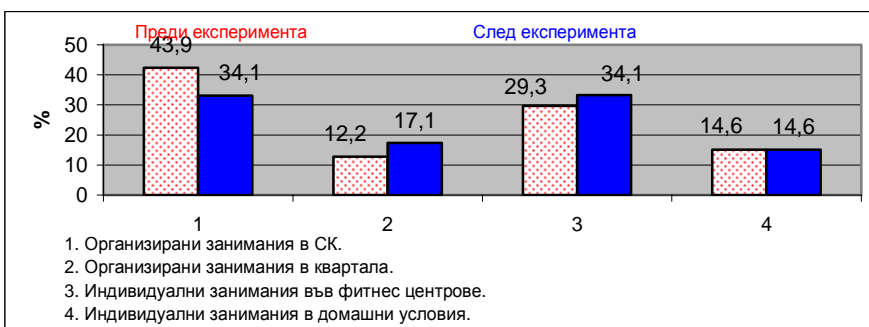
интелектуални представи у тях за спортуване през целия живот след експеримента.

Третия въпрос бе свързан с това: "Как бихте определили в проценти някои образователни моменти на процеса по физическо възпитание?" Отговорите и тук потвърждават, че теоретико-образователният курс е съдействал активно за повишаване на интелектуалната представа на студентите за спортуване, а от там е повлиял и върху техните спортологични потребности (фиг. 4). Резултатът е показателен и се изразява в повишаване на желаещите да получават все повече и по-пълни знания за спорта като средство за здраве и дееспособност, като личностна и обществена потребност.

Четвъртият въпрос изискваше: "Какви препоръки бихте дали, за да се подобри процеса по физическо възпитание във ВУ?" В отговорите се забелязват две значими препоръки, които проличаха ясно и в предходни наши изследвания (фиг. 5). Те са свързани с повишаване на хорариума от задължителни часове по физическо възпитание и с промяна на съдържанието на процеса в посока даване на по-богати теоретични знания за ползата от спортуването, както и за ролята му на средство за здравословен и активен начин на живот.



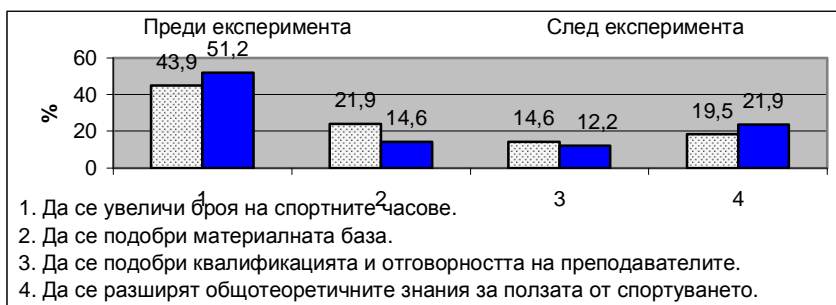
Фиг. 2. "Как бихте оценили нуждата от спортни занимания за здраве и дееспособност?"



Фиг. 3. "Ако бихте спортували за здраве и дееспособност извън часовете по физическо възпитание, какви форми на спортни занимания считате за най-подходящи в българските условия?"



Фиг. 4. "Как бихте определили в проценти някои образователни моменти на процеса по физическо възпитание?"



Фиг. 5. "Какви препоръки бихте дали, за да се подобри процеса по физическо възпитание във ВУ?"

В заключение можем да обобщим, че извършеното изследване потвърждава необходимостта от промени в образователния процес по "Физическо възпитание и спорт" в българските висши училища, съобразно интересите и потребностите на студентите, най-малко в две главни направления: 1. Увеличаване на хорариума от задължителни спортни часове в учебния план и 2. Издигане образователното равнище на учебния предмет, повишаване интереса и активността на обучаваните към него, чрез даване на теоретични знания за целенасочено използване на физически упражнения през целия живот като средство за здраве, дееспособност и красота, за противодействие на негативните явления и за активна социализация в обществото. В този смисъл въвеждането в учебната програма по "Физическо възпитание и спорт" на специализиран теоретичен модул със спортно-образователна насоченост би допълнил съществено образователната компонента на предмета, с което би го издигнал в ранг "академичен", вместо да е чисто практически. Това от своя страна би повишило интереса, активността, съзнателността и отговорността на студентите към него.

Препоръчана за публикуване от  
Катедра „Физическо възпитание и спорт“, МГУ

## ЛИТЕРАТУРА

1. Бъчваров, М., Б. Цолов, Й. Иванов. 2005. *Спортологични потребности на българското общество*. С., "Спорт и наука", бр.1, 93-101 с.
2. Бъчваров, М., И. Иванов, Б. Цолов. 2005. *Спортология на образователната компонента на физическото възпитание*. С., "Спорт и наука", бр. 5-6.
3. Иванов, Й. 2006. *Образователната компонента в процеса по физическо възпитание във висшите училища*. С., "Болид инс".
4. Иванов, Й., Б. Цолов. 2003. *Проучване отношението на новоприетите студенти в МГУ "Св. Иван Рилски" към изучаване на предмета "Физическо възпитание и спорт"*. С., Сб. "Известия", т. III, 60-67 с.
5. Ivanov, J., B. Tzolov, V. Borisova. 2005. *Three major problems before the physical education process and sport at the Higher Academic establishments in Bulgaria*. Annual of University of Mining and Geology "St. Ivan Rilski", part IV, Humanitarian and economics sciences, vol. 48, 103-105 pp.
6. Цолов, Б. 2008. *Основи на маркетинга в спорта*. С., "Болид-инс".