

ОПТИМИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ В ЧАСОВЕТЕ ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ В НАЧАЛНИЯ ЕТАП НА ОСНОВНАТА ОБРАЗОВАТЕЛНА СТЕПЕН

Милена Алексиева, Милен Видиновски, Панайот Паздерков

През последните години физическото възпитание и спорта се утвърди като една от сферите с най-ниска управленска ангажираност и обществена небрежност. Все повече преобладава мнението за необходимостта от нова формулировка на формите и дейностите на организация на физическото възпитание и спорта (в детската градина, в училище, във висшите учебни заведения) с оглед новите изисквания на динамичната глобална икономика и предизвикателствата пред човека в новия технологичен век.

Практиката показва, че през последните години са налице негативни тенденции, свързани с нездравословния начин на живот на децата:

- хиподинамия, понижена дееспособност;
- наднормено тегло, гръбначни изкривявания;
- непълноценно използване на свободното време;
- повишаваща се агресия и поддаване към негативните явления в обществото;
- недостатъчни или липса на спортни услуги за деца, предлагани от спортните организации;
- недостатъчни финансови средства, отделяни за спорт за деца в свободното им време.

При разглеждането на тези въпроси не може да не отбележим, че само да демонстрираме нашата загриженост към децата и младото поколение не е достатъчно. Според К. Рачев, В. Маргаритов (1995) те сега растат и се развиват при наличието на “остър двигателен глад” (3). Намаляването на двигателната активност при същевременно значително повишаване на нервно-сензорното натоварване нанасят непоправими вреди върху дейността на вегетативните и двигателните функции на подрастващия организъм. Най-осезателно те се отразяват върху физическата дееспособност на учениците. Стойностите на показателите им значително

изостават в сравнение с учениците от редица европейски страни, което е доказано в редица изследвания на наши специалисти в тази област. Тяхно изследване сочи, че сега 7% от учащите се имат много добра физическа дееспособност, над 40% – слаба и незадоволителна. Заболявания, които са били приоритет на възрастните, сега се наблюдават при подрастващите – с неврози са 15%, с гръбначни изкривявания – 20%, с хипертония – 10% и др. (2).

Доказано е, че успехите на страните с развит спорт и с висока физическа дееспособност на подрастващото поколение се дължат на почти ежедневната класно-урочна работа по физическо възпитание или на системната извънурочна (извънучилищна) работа по съответните видове спорт.

Липсата на материална база, недотам рационалното използване на наличните материално-технически съоръжения, лошите условия за учебно-тренировъчен процес, недостатъчните форми за изяви пречат за популяризирането и развитието на спорта в нашата страна.

Практиката показва, че часовете по физическото възпитание и спорт в началния етап на основната образователна степен се провеждат неефективно, приемат се като „свободни” часове, в които учениците имат свободата да правят каквото пожелаят, включително и да посещават кафенета и градинки около училището. Причината е както в занижения контрол от страна на учителите, така и в нежеланието на учениците за активно участие в часовете при отсъствие на елементарни хигиенни условия. Липсват спортни уреди и пособия, а в някои училища – дори и физкултурни салони.

По указания на експерти на МОН часовете по физическо възпитание и спорт в началния етап на основната образователна степен (1–4 клас) се водят от учители, които осъществяват обучение по всички учебни предмети от учебния план и които нямат необходимата квалификация, с цел да се запълни годишният им преподавателски норматив. Малка част от тях притежават спортно-педагогическа специализация. Подготовката си те са получили в разнообразни курсове и програми за квалификации и усъвършенстване, които в повечето случаи са краткотрайни и следователно не получават задълбочена специализирана подготовка [1]. В своята педагогическа дейност началните учители се ограничават до решаване на образователните задачи само до овладяване на основното звено от техниката на физическите упражнения. С малки изключения, тези часове

се използват за подпомагане на обучението по други предмети (компенсира се пропуснат материал, правят се диктовки и контролни). Обичайна е гледката в училищни дворове деца без спортни екипи да се организират сами в различни игри, наблюдавани безучастно от техните учители. Това е сериозен проблем, защото именно в тази възраст се придобиват уменията и се изграждат основите на техниката на спортните игри, формират се качества за работа в екип, дисциплина, контрол и самоконтрол и др. (6)

Факт е, че системата за оценяване е неефективна. Учителите масово поставят оценките в зависимост от симпатии и антипатии – пишат се ниски оценки поради лоша дисциплина и отсъствия от часовете. Оттук произлиза и невъзможността да се сравнят постиженията на учениците от един випуск в различните училища, което ще доведе до изводи за качеството на преподаването в съответното училище, както и за качеството на работата на отделния учител (6). Липсва индивидуалното поощрение за спортните изяви на учениците – в това число и отпускане на спортни стипендии.

Посочените тенденции налагат активизиране на действията на държавните и местните власти и на спортните клубове за създаване на положително отношение на децата към заниманията със спорт.

Необходимо е да се търсят варианти за развитие на спорта за учаци и разнообразяване на дейностите в часовете по физическо възпитание и спорт и в допълнителните ядра, които да бъдат съобразени с националните традиции, съществуващите социално-икономически условия и с водещите европейски практики.

Акцентът в нашата инициатива е създаване на предпоставки и условия за положителна промяна на съществуващата ниска и недостатъчна двигателна активност на учениците и нездравословния начин на живот чрез практикуването на физически упражнения и спорт. Това може да се осъществи с постепенното им приобщаване към активен двигателен режим и здравословен начин на живот. В този аспект е и нашето предложение, подкрепено от следните инициативи (5):

1. Осигуряване на свободен достъп до спортна база, безплатни занимания и квалифицирани спортни специалисти на децата, желаещи да спортуват.

2. Създаване на мотивация на децата за участие в спортни занимания с оглед подобряване физическата им дееспособност, разнообразяване и пълноценно използване на свободното им време.

3. Придобиване на първоначални знания, умения и навици за практикуване на предпочитан вид спорт под ръководството на квалифицирани кадри.

4. Увеличаване и разнообразяване на дейностите за деца, предлагани от спортните клубове.

5. Популяризиране сред децата на спортове, които не са включени в учебните програми по физическо възпитание и спорт в началния етап на основната образователна степен.

6. Предизвикване на интерес в децата за системни занимания със спорт и предоставяне на възможност на треньори от спортни клубове за селекция на деца с перспективи за спортно развитие.

7. Създаване на условия в училищата и възможности за изява, развитие и реализиране на лични спортни резултати.

8. Използване възможностите на спорта като превенция срещу нетолерантността, насилието, употребата на цигари, алкохол и наркотици.

9. Осигуряване на достъп за участие в спортни занимания на децата с увреждания и в неравностойно положение.

10. Формиране и развитие на социални качества в децата – умения за работа в екип, толерантност, солидарност, спазване на принципите на „Феър плей“.

С оглед създаване на предпоставки и условия за предизвикване интереса на децата към двигателна активност, увеличаване и разнообразяване на възможностите за участие в спортни занимания по различни видове спорт в часовете по физическо възпитание и през свободното им време предлагаме следните мерки (4):

1. Анализ на организацията на учебно-възпитателния процес в училище, спортна база и спортни съоръжения, както и тяхното състояние.

2. Анализ на информация за съществуващите програми и планове, подпомагащи учебно-възпитателния процес.

3. Анализ на работата на преподавателския състав и търсене на пътища за постоянно повишаване на квалификацията му.

4. Създаване на програма за ефективно управление на училищната спортна база – финансова програма за поддържане, осъвременяване, пълноценно използване.

5. Реализиране на проекти с Министерството на физическото възпитание и спорта.

6. Активна дейност на Училищното настоятелство за създаване на Програма за физическо възпитание и спорт в рамките на училищната общност.

7. Увеличаване броя на целогодишните вътрешно-училищни състезания.

8. Включване в модулното обучение на спортно туристическата дейност и програми за тим билдинг.

9. Създаване на ученически спортни клубове.

10. Реализиране на проекти за двигателна активност, здравно и физическо образование на деца от различни целеви групи: деца в риск и деца в неравностойно положение.

11. Създаване на условия за реализиране на спортни дейности при провеждане на екскурзии с учебна цел, „зелени училища”, ваканционен отдих.

12. Стимулиране на учениците, участващи в „Ученическите игри” и създаване благоприятни условия за провеждането им.

13. Внедряване на иновационни практики за извънкласни форми за работа с деца и ученици през свободното време – предлагане на програми, включващи дейности от различни видове спорт, които не се практикуват в часовете по физическо възпитание.

14. Насърчаване на спортните клубове за работа с деца и ученици в неравностойно положение.

15. Разработване на програми за превенция срещу нетолерантността, насилието, употребата на цигари, алкохол и наркотици.

16. Предприемане на мерки за спиране разрушаването и промяната на предназначението на откритите спортни съоръжения и детските площадки.

С тази разработка едва ли ще бъдат решени всички проблеми относно дейностите в часовете по физическо възпитание и спорт. Логично е и предложените мерки за оптимизиране на учебно-възпитателния процес в началния етап на основната образователна степен да не са изчерпателни и подробни. Предложените варианти за промени би било добре да бъдат публично дискутирани, а включването и подкрепата на неправителствените организации и училищни настоятелства – задължително. По този начин ще бъдат решени онези наболели проблеми, които са от съществено значение за оптимизиране на дейностите в часовете по физическо възпитание и спорт в началния етап на основната образователна степен и ще се предостави модерна, достъпна и качествена среда за физическото възпитание, спорт и туризъм в извънучилищните форми.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Алексиева, М.* Влияние на специализирана методика за начално обучение по баскетбол върху физическото развитие и специфичната работоспособност на 9–10-годишни момчета. Дисертационен труд. С., 2009.
2. *Маргаритов, В.* Физическо възпитание. Кратки методически насоки за 1–4. клас. С., Пропелер 92, 1998.
3. *Рачев, Кр., В. Маргаритов.* Двигателни качества в началната училищна възраст. С., 1995.
4. <http://www.youthsport.bg>
5. <http://www.sportdep.com/normative/docs>
6. <http://teacher.bg>

ОПТИМИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ В ЧАСОВЕТЕ ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ В НАЧАЛНИЯ ЕТАП НА ОСНОВНАТА ОБРАЗОВАТЕЛНА СТЕПЕН

МИЛЕНА АЛЕКСИЕВА, МИЛЕН ВИДИНОВСКИ,
ПАНАЙОТ ПАЗДЕРКОВ

Резюме

През последните години физическото възпитание и спорта се утвърди като една от сферите с най-ниска управленска ангажираност и обществена небрежност. Все повече преобладава мнението за необходимостта от нова формулировка на формите и дейностите на организация на физическото възпитание и спорта. Липсата на материална база, недотам рационалното използване на наличните материално-технически съоръжения, лошите условия за учебно-тренировъчен процес, недостатъчните форми за изяви се отразяват върху физическата дееспособност на учениците. Ето защо е необходимо да се търсят варианти за развитие на спорта за учащи и разнообразие на дейностите в часовете по физическо възпитание и спорт и в допълнителните ядра в началния етап на основната образователна степен.

Предложените инициативи за промени би било добре да бъдат публично дискутирани, а включването и подкрепата на неправителствените организации и училищни настоятелства – задължително. По този начин ще бъдат решени онези наболели проблеми, които са от съществено значение за оптимизиране на дейностите в часовете по физическо възпитание и спорт в началния етап на основната образователна степен и ще се предостави модерна, достъпна и качествена среда за физическото възпитание, спорт и туризъм в извънучилищните форми.

OPTIMIZING THE ACTIVITIES IN THE PHYSICAL EDUCATION LESSONS AT THE INITIAL STAGE OF THE PRIMARY SCHOOL

MILENA ALEKSIEVA, MILEN WIDINOVSKI,
PANAYOT PAZDERKOV

Summary

During the last years Physical education and Sports won recognition as one of the spheres with low social concern. More and more prevails the opinion that it is necessary to find out a new formula for the forms and activities of the organization of the Physical education and Sports. The lack of material basis, as well as the irrational usage of the available technical sports facilities, the bad conditions for the training process reflect on the physical efficiency of the students. That is reason why it is necessary to search for different options for developing the sports and for diversity of the activities during the lessons.

Key words: Physical education, training process, physical efficiency, diversity of activities