

**СПЕЦИФИЧНА ПРОФЕСИОНАЛНА ПОДГОТОВКА  
В СПОРТНИТЕ УЧИЛИЩА ЗА ОБУЧЕНИЕ  
ПО  
ПЕДАГОГИКА  
ЗА XI И XII КЛАС**

**УЧЕБНИК**

За XI клас - 18 теми, разпределени в 3 раздела  
За XII клас - 15 теми, разпределени в 3 раздела

Автор:

доц. Ина Владова, доктор

## СЪДЪРЖАНИЕ

### ХІ КЛАС

|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>РАЗДЕЛ I. Общи основи на педагогиката</b> .....                                                                                                                                                                                                                              | 5  |
| Тема 1. Предмет и същност на педагогиката.<br>Основни понятия на педагогиката .....                                                                                                                                                                                             | 5  |
| Тема 2. Приложение на педагогическата теория в тренировъчния<br>и състезателния процес. Спортна педагогика .....                                                                                                                                                                | 9  |
| Тема 3. Историческо развитие на педагогиката .....                                                                                                                                                                                                                              | 11 |
| Тема 4. Методи за педагогически изследвания.<br>Приложение в спортната практика .....                                                                                                                                                                                           | 14 |
| Тема 5. Развитие и възпитание на личността.<br>Фактори на развитието .....                                                                                                                                                                                                      | 17 |
| <b>РАЗДЕЛ II. Дидактика/ теория на обучението</b> .....                                                                                                                                                                                                                         | 21 |
| Тема 6. Дидактиката като обща теория на обучението .....                                                                                                                                                                                                                        | 21 |
| Тема 7. Процесът на обучение – основни характеристики. Същност на<br>тренировката като педагогически процес. Педагогически цели и задачи .....                                                                                                                                  | 23 |
| Тема 8. Преподаването и ученето като основни дейности<br>на процеса на обучение .....                                                                                                                                                                                           | 29 |
| Тема 9. Основни етапи на обучението. Изисквания<br>към дейността на спортния педагог .....                                                                                                                                                                                      | 30 |
| Тема 10. Система на образованието .....                                                                                                                                                                                                                                         | 32 |
| Тема 11. Училището като институция .....                                                                                                                                                                                                                                        | 35 |
| Тема 12. Съдържание на обучението и образованието. Основни документи<br>за съдържание на обучението – учебен план, учебна програма,<br>учебници .....                                                                                                                           | 37 |
| <b>РАЗДЕЛ III. Принципи, технологии и форми на обучението</b> .....                                                                                                                                                                                                             | 38 |
| Тема 13. Принципи на обучение – нагледност, достъпност, съзнателност<br>и активност, индивидуален подход, системност и последователност,<br>трайно<br>овладяване на знанията, уменията и навиците. Приложение<br>на дидактическите принципи в учебно-тренировъчния процес ..... | 38 |
| Тема 14. Методи за обучение – словесни, нагледни и практически.<br>Приложение на дидактическите методи в дейността<br>на спортния педагог.....                                                                                                                                  | 41 |
| Тема 15. Контрол и оценка на знанията, уменията и навиците .....                                                                                                                                                                                                                | 46 |
| Тема 16. Системи за организация на обучението.<br>Характеристики на класно-урочната система на обучение .....                                                                                                                                                                   | 48 |
| Тема 17. Урокът/тренировката като форма за организация<br>на обучението – изисквания, подготовка и провеждане.<br>Структура на урока/тренировката .....                                                                                                                         | 50 |
| Тема 18. Алтернативни подходи в процеса на обучение – индивидуализация,<br>диференциация, проблемно обучение. Самостоятелна работа .....                                                                                                                                        | 52 |
| <b>ЛИТЕРАТУРА</b> .....                                                                                                                                                                                                                                                         | 54 |

**XII КЛАС**

|                                                                                                                                     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>РАЗДЕЛ I. Теоретични основи на възпитанието</b> .....                                                                            | 55  |
| Тема 1. Теория на възпитанието .....                                                                                                | 55  |
| Тема 2. Възпитателен процес .....                                                                                                   | 56  |
| Тема 3. Принципи на възпитанието .....                                                                                              | 58  |
| Тема 4. Методи за възпитание и приложение в спортната практика .....                                                                | 59  |
| Тема 5. Самовъзпитание и спорт. Методи за самовъзпитание .....                                                                      | 64  |
| Тема 6. Педагогически подходи за преодоляване на агресията<br>и насилието сред подрастващите .....                                  | 67  |
| <b>РАЗДЕЛ II. Насоки на възпитателния процес</b> .....                                                                              | 70  |
| Тема 1..Физическо и здравно възпитание .....                                                                                        | 71  |
| Тема 2. Интелектуално възпитание .....                                                                                              | 73  |
| Тема 3. Нравствено възпитание .....                                                                                                 | 74  |
| Тема 4. Волево възпитание .....                                                                                                     | 76  |
| Тема 5. Естетическо възпитание .....                                                                                                | 79  |
| Тема 6. Семейно възпитание .....                                                                                                    | 82  |
| Тема 7. Съвременни насоки на възпитателния процес .....                                                                             | 85  |
| <b>РАЗДЕЛ III. Професионална дейност на спортния педагог</b> .....                                                                  | 88  |
| Тема 1. Педагогическо общуване – характеристика, видове, средства,<br>стилове. Педагогически измерения на общуването в спорта ..... | 89  |
| Тема 2. Професионално-личностен модел<br>на спортния педагог .....                                                                  | 92  |
| <b>ТЕСТ 1. Въпроси от равнище „ЗНАНИЕ“</b><br>по тема „Тренировката като педагогически процес“ .....                                | 94  |
| <b>ТЕСТ 2. Въпроси от равнище „знание“</b><br>по тема „тренировката като педагогически процес“ .....                                | 98  |
| <b>ЛИТЕРАТУРА</b> .....                                                                                                             | 101 |



## РАЗДЕЛ I. ОБЩИ ОСНОВИ НА ПЕДАГОГИКАТА

### ТЕМА 1. ПРЕДМЕТ И СЪЩНОСТ НА ПЕДАГОГИКАТА.

#### ОСНОВНИ ПОНЯТИЯ НА ПЕДАГОГИКАТА

##### Основни понятия:

- ✓ Предмет и обект
- ✓ Основни педагогически категории
- ✓ Обучение
- ✓ Възпитание
- ✓ Образование
- ✓ Знания
- ✓ Умения
- ✓ Навици
- ✓ Компетенции

Педагогиката е самостоятелна наука, която се занимава/която разглежда/която изучава и изследва **организираното** обучение, възпитание и образование на човека.

Обучението, възпитанието и образованието са **предмет** на науката ПЕДАГОГИКА, които са и основни **педагогически понятия** или основни **педагогически категории**. (Предмет на дадена наука е това, което изучава/изследва или разглежда.)

**Обектът** на тази педагогиката е **човекът** – изучават се неговото поведение и настъпили промени при осъществяване на обучение и възпитателна дейност.

Обучението, възпитанието и образованието са социални прояви. Състоянието им зависи от състоянието и нивото на развитие на обществото, поради тази причина казваме, че педагогиката е социална наука.

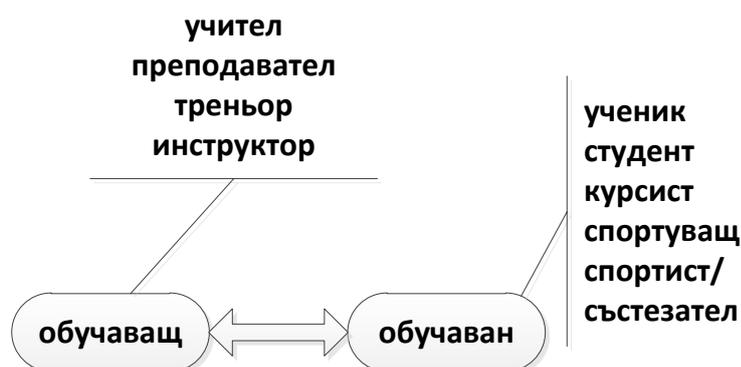
**Обучението, възпитанието и образованието са основните фактори и за развитието на обществото, на човешката цивилизация като цяло.**

#### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

##### 1. Обучение

**Обучението** е целенасочен педагогически процес. Това е процес на преподаване и учене, чрез който се усвояват определени знания, умения, навици и компетенции. Характерно за този процес е, че той е двустранен, целенасочен, продължителен, познавателен, ръководен и управляем.

Процесът на обучение се планира, организира и ръководи от специално подготвени и упълномощени лица – педагози (учители, преподаватели, треньори, инструктори). Те съдействат за осъществяване на учебния процес, като мотивират, стимулират, инструктират и при нужда коригират обучаваните да извършват активна познавателна дейност. При реализирането на процеса на обучение педагогът подпомага и оценява обучаваните, а те от своя страна проявяват и развиват своите възможности, качества и интереси. Педагогът влиза в ролята на **обучаващ**, а неговите усилия са насочени към **обучаваните**, като тази дейност има двустранен характер (фиг. 1).



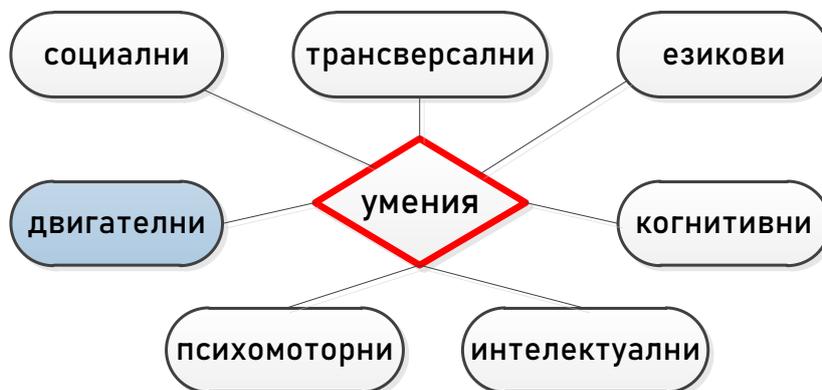
Фиг. 1. Обучаващ и обучаван

Педагогът предава знания, контролира, подпомага и коригира тяхното възприемане, а обучаваните възприемат и усвояват тези знания, които се овладяват и се натрупват. В резултат на това обучаваните формират умения, навици и компетенции, като това също става под ръководството на педагога (фиг. 2).



Фиг. 2. Представяне на процеса на обучение като двустранен процес

На фиг. 3 са представени различните видове умения, които е необходимо да бъдат формирани в резултат от педагогическата дейност (*обучението и възпитанието*). Специално внимание ще отделим на **двигателните умения**. Те се отнасят до фината и грубата моторика на тялото. Свързани са със способностите. За формирането на двигателни умения е важна ролята на педагога/спортния педагог. Той трябва да осигури възможност за съзнателно отношение към обучението и активно участие на вниманието на обучаваните.



Фиг. 3. Видове умения

На базата на формираните двигателни умения и след многократното им изпълнение се формира **двигателен навик** – *добре заучено, усвоено и автоматизирано двигателно действие*. При изпълнението му съзнанието е освободено от активно участие и е характерно, че движенията са олекотени, ритмични и икономични. При формирането на двигателния навик е важно спортният педагог да съблюдава и изисква той да бъде стабилен, устойчив и вариативен и най-вече **да се автоматизира правилна техника на изпълнение**. Двигателният навик е стабилен, когато при многократни повторения качеството на изпълнение не се нарушава. Устойчивостта при двигателния навик може да бъде висока/голяма и недостатъчно голяма или малка устойчивост, т.нар. неустойчив двигателен навик.

Висша форма на проявление на автоматизирания двигателен навик е проявата на вариативност – вече формиран двигателен навик може да бъде използван в различни ситуации. Това е особено важно за спортната дейност.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Предметът на науката ПЕДАГОГИКА са обучението, възпитанието и образованието. Човекът е обект на тази наука и поради тази причина казваме, че ПЕДАГОГИКАТА е хуманитарна наука.
- Основните понятия във всяка наука се наричат нейни категории. Следователно обучението, възпитанието и образованието са основни педагогически категории.
- В основата на обучението стоят **знанията**. На базата на овладените знания се формират умения, навици и компетенции.

#### Възпитание

Това е понятието с най-голям обем в педагогиката. Употребява се в няколко значения:

- ✓ *възпитанието като педагогически процес: целенасочено взаимодействие между възпитател и възпитаник, чрез което се изграждат личностните качества и поведението на възпитаника;*
- ✓ *възпитанието като социално явление: дейност, която се извършва във всяко общество и чрез която се предава натрупаният опит от по-старото на по-младото поколение;*
- ✓ *възпитанието в широк смисъл на думата (социализация на личността) – това са всички социални въздействия, които спомагат за адаптирането на личността към определена социална среда.*

#### 3. Образование

Това е съвкупността от знания, които овладяват учащите в процеса на обучение. Според сложността на знанията образованието се дели на степени – начално, основно, средно, висше. Според насочеността на знанията образованието може да бъде хуманитарно, техническо, спортно и т.н.



Фиг. 4. Класификация на образованието според сложността и насочеността на знанията

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

##### Възпитателен процес:

- *Процес* – съвкупност от последователни действия за постигане на даден резултат.
- *Възпитателен процес* – съвкупност от последователните действия на педагога с цел да формира определени личностни качества и подходящ тип поведение у възпитаника/възпитаниците.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Защо е подходящо да казваме, че обучението, възпитанието и образованието са социални прояви и тяхното състояние зависи от състоянието и нивото на развитие на обществото?
2. Посочете спортове и спортни дисциплини, за които в голяма степен е характерна проявата на устойчив и неустойчив двигателен навик.

## ТЕМА 2. ПРИЛОЖЕНИЕ НА ПЕДАГОГИЧЕСКАТА ТЕОРИЯ В ТРЕНИРОВЪЧНИЯ И СЪСТЕЗАТЕЛНИЯ ПРОЦЕС. СПОРТНА ПЕДАГОГИКА

### Основни понятия:

- ✓ Спортна педагогика
- ✓ Пиер дьо Кубертен

*Развитието на научното познание, в частност на педагогиката, е предпоставка за началото на процесите на диференциация, специализация и интеграция на педагогическото познание. С други думи – то се разширява и обогатява.*

*Като резултат на това се обособяват отделни педагогически дисциплини и съвременната система на педагогическата наука.*

*Педагогическата теория излиза от рамките на училищната практика и намира приложение в други сфери на обществения живот, вкл. в тренировъчния и състезателния процес – спортна педагогика.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

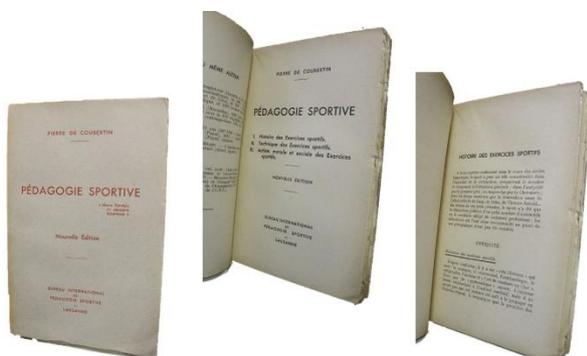
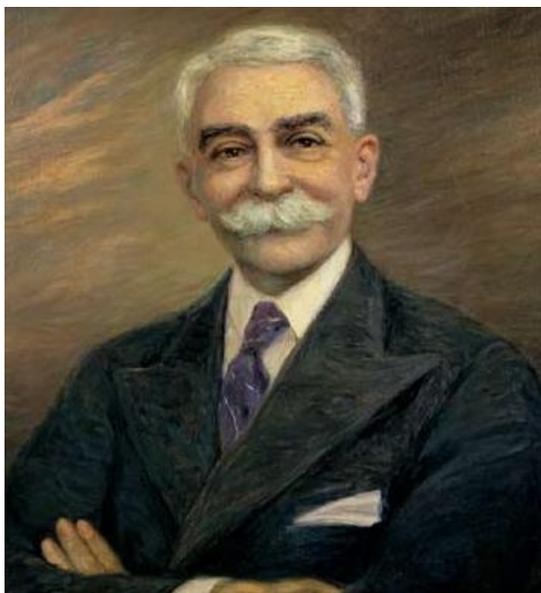
#### 1. Пиер дьо Кубертен и спортната педагогика

Основоположник на науката педагогика е Ян Амос Коменски (1592–1670), който основателно е наричан „баща на педагогиката“.

За основоположник на спортната педагогика се приема барон Пиер дьо Кубертен (1863–1937).

Той за пръв път използва понятието „*спортна педагогика*“ и го въвежда в научното пространство, с което се очертава периметърът на една нова научна област.

Кубертен има публикации по темата и различни инициативи по проблематиката за възпитателната роля на спорта, които са в стройна последователност: през 1921 г. издава „Уроци по спортна педагогика“ (Leçons de Pédagogie sportive; „Lessons in Athletic Education“, 1921). Година след това книгата е преиздадена в Париж под заглавието „*Pédagogie Sportive*“ (*Спортна педагогика*), която става особено популярна.



Освен публикационна дейност, Кубертен свиква и провежда няколко олимпийски научни конгреса по проблемите на науките, свързани със спорта и спортната педагогика. През 1928 г. в Лозана той учредява Международното бюро по спортна педагогика (Bureau International de Pédagogie Sportive – BIPS).

#### 2. Спортната педагогика

Спортната педагогика възниква в резултат от взаимодействието между педагогиката и спортната наука. Тя става отделна теоретична, научноизследователска и професионално-практическа област на научното познание, която изучава, изследва и разглежда особеностите на/за развитието и формирането на личността в

условията на спортна дейност. Разглежда и изучава възпитанието, обучението и образованието по време на спортна дейност и в спортна среда, разкрива механизмите на взаимоотношенията между спортен педагог и спортисти.

Спортната педагогика е наука за обучението, образованието и възпитанието в условията на спортно-рекреативна дейност.

- **Задачи** на спортната педагогика:
  - ✓ да се изследва спецификата на спортното обучение и възпитанието във и със средствата на спорта;
  - ✓ да се изследват механизмите за съчетаване на спортно-техническото обучение и цялостното формиране на личността на спортиста/спортуващия;
  - ✓ да се изучава процесите на обучение и възпитание по време на спорт и спортна дейност;
  - ✓ да се изследват ефективните стилове на общуване по време на спорт и спортна дейност в зависимост от възрастта и специализацията на спортистите, спортно-техническото им ниво, етапа на подготовка и др.
- ✓ **Обект** на спортната педагогика е човекът, който спортува.
- **Предмет** на спортната педагогика са спортното обучение, възпитателните въздействия по време на спортна дейност и спортното образование.
- **Характеристика.** Спортната педагогика е самостоятелен отрасъл на педагогическото познание, част от системата на педагогическите науки. Опира се на установените от педагогиката и спортната наука принципи и правила.

### 3. Областите на приложение на спортната педагогика

- В училищното физическо възпитание и спорт.
- В детско-юношеския спорт.
- В спорта за здраве/спорта за всички/спорта в свободното време.
- В спорта в структурата на полицията и армията.
- В спорта за хора с увреждания.
- В елитния спорт/професионалния спорт/спорта за високи постижения.

Във всяка една от областите на приложение има специфични педагогически цели, задачи и характерни особености.

Една от областите на спортната педагогика е „Теорията на физическото възпитание“, която е част от педагогическата теория, от педагогическото познание.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Кой е Пиер дьо Кубертен, с какво друго е известен и допринесъл за развитието на спорта?

## ТЕМА 3. ИСТОРИЧЕСКО РАЗВИТИЕ НА ПЕДАГОГИКАТА

### Основни понятия:

- ✓ Исторически период
- ✓ Епоха
- ✓ Античност
- ✓ Средновековие
- ✓ Ренесанс
- ✓ Ново време
- ✓ Хуманизъм

*Възпитанието, образованието и обучението са явления и процеси на обществения живот, които са в непрекъснатото развитие. Техният облик и проявления са в зависимост от етапите, през които преминава човешката цивилизация.*

*Обучението и възпитанието съпътстват развитието на обществото от появата на *homo sapiens*. Следователно те възникват заедно с формирането на човешкото общество и са в непрекъснати взаимодействия. В процеса на историческото развитие на цивилизацията могат да бъдат проследени всички изменения в обучението и възпитанието – съдържание, характер, педагогически технологии, принципи, методи, средства и др. Те са и факторите за предаване на обществено-историческия опит от поколение на поколение.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

Периоди в развитието на педагогиката:

#### 1. Донаучен период (Праистория)

Хората са обединени в малки групи, водят номадски начин на живот и общуват чрез езика. Все още липсват класовото разделение, натрупването на материални богатства и частната собственост. Чрез труда, обичаите и бита на хората се осъществяват и нецеленасочените възпитателни въздействия в общността. Обучението и възпитанието присъстват във всекидневното на хората. Първоначално те не са целенасочени, а по-скоро несъзнателно подражателни – децата се учат чрез пряко участие в дейността за изкарване на прехраната.

Постепенно обществото се развива, появява се уседналият начин на живот, което е предпоставка за появата на земеделието и животновъдството. Появяват се първите опити за писмена комуникация между хората, което пък от своя страна е предпоставка за развитие на обучението.

#### 2. Несамостоятелно съществуване на педагогическото познание

- Античност (IV–III хил. пр.Хр. – V в.)

Постепенно обществото се развива, забелязва се напредък в различни обществени сфери. Появяват се писмеността, науката, обучението и възпитанието. Периодът на Античността е известен с древните цивилизации – Изток, Гърция и Рим. Едни от първите сведения за училища и преподаватели са в източните градове държави – Шумер, Акад, Вавилон. Обучението има религиозен характер. Свързан е с вярата в различни богове, представата за слънцето, звездите и опитите да си обяснят света. През този дълъг исторически период огромна роля за развитието на света изиграват древногръцката и римската култура. Все още обаче науката педагогика не е оформена. Има дейности за обучение и възпитание на младото поколение, включително се обръща внимание и на спортното обучение, но те се изучават и развиват от други науки – философията и теологията (наука за боговете). Човекът се разглежда като съвкупност от тяло и душа и необходимостта от физическо и духовно развитие – калокагатия.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Древногръцките жреци и философи са първите „учени“, които се занимават с проблематиката на обучението, възпитанието и образованието на децата.
- Право и достъп до образование през Античността са имали само момчетата от богатите и знатни семейства. Изключение е имало в Спарта – древногръцки полис. В Спарта право на обучение (военно-физическа подготовка) имат и момичетата. Целта е те да станат силни, за да могат да пазят полиса от чужди нашествия и да овладяват бунтовете на робите, както и да бъдат здрави и да раждат здрави и силни деца.
- За Древна Гърция е характерно наличието на възпитателен идеал, наречен калокгатия.
- През Средновековието продължават древногръцката и древноримската тенденция – право на обучение и на образование имат само момчетата.

#### • Средновековие (V–XV в.)

През Средновековието, наречено „тъмни векове“, се наблюдава упадък на ценностите от периода на Античността – за хармонично развита човешка личност. На територията на Западна Европа доминира църквата и възпитателният идеал е променен от хармония в аскетизъм. Обучението се реализира в църковните училища, но е елементарно, то няма светски характер. През епохата (тенденцията започва през XII в. Болоня, Италия) се появяват първите университети в Европа и с това се дава тласък за развитието на образованието.

#### • Ренесанс (възрожденска епоха) (XV–XVIII век)

Епохата се характеризира с развитието на много области от човешкото познание. Университетите, създадени още през Късното средновековие, дават тласък на много научни открития и пътешествия, знания за нови светове. Обръща се внимание на светското образование и се променя отношението към човека. Тези възгледи раждат така наречения **хуманизъм**. Неговите представители са известни в историята като **хуманисти** – хора, носители на прогреса.

#### **Видни представители на хуманизма в областта на възпитанието са:**

- ✓ **Виторино да Фелтре (1378–1444)** – италиански хуманист, според когото физическото, нравственото и умственото възпитание са от особена важност. Също така за развитието на физическите и духовните качества той смята, че спортът е от значение и децата трябва да практикуват борба, плуване, езда и др.
- ✓ **Франсоа Рабле (1494–1553)** – френски писател хуманист. Привърженик е на възпитание, насочено към хармонично развитие на личността.
- ✓ **Мишел Монтен (1533–1592)** – привърженик е на теорията за свободно възпитание на детето.
- ✓ **Рудолф Агрикола (1443–1485)** – пише за метода на обучение.
- ✓ **Еразъм Ротердамски (1468–1536)** – разсъждава по проблемите на възпитанието. Той не е привърженик на суровата дисциплина в училище, зубрачеството и грубостта.
- ✓ **Томас Мор (1497–1535)** – изказва мисли относно образованието на жените. Смята, че децата първоначално трябва да се възпитават в семейството и след това в училище.

### 3. Трети период – самостоятелно съществуване

Постепенно научното познание в областта на обучението, възпитанието и образованието започва да се разраства и развива, което е предпоставка за появата

на един завършен за времето си труд, който систематизира всичко до момента. С написването на тази книга се поставя началото на науката ПЕДАГОГИКА. Книгата е „Велика дидактика“ – фундаменталният труд на Ян Амос Коменски (1592–1670). За него това е „изкуството да научим всички на всичко“ (виж Раздел II, Тема 1). Коменски е имал доста напредничави мисли за времето си. В разрез с тогавашната практика той говори за всеобщо образование – обучението и възпитанието са право на всеки, без значение на социален произход, финансово положение на семейството, вкл. и на пол.

- **Джон Лок** (1632–1704) – виден английски философ. Според него детето се ражда като бяло платно (от лат. *tabula rasa*) и то става добро или лошо в зависимост от възпитателните въздействия на средата. „Мисли за възпитанието“. Хората според него стават добри или лоши благодарение на възпитанието. Привърженик е на системното физическо възпитание, разработва и теорията за физическото възпитание.
- **Жан-Жак Русо** (1712–1778) – роден в Швейцария, творил във Франция, разработва теория за свободно и естествено възпитание.
- **Йохан Песталоци** (1746–1827) – „татко“ Песталоци. Според него учителят е изключително важен – той обучава и възпитава. Необходимо е да познава добре своите ученици с техните физически и психически особености.
- През XIX и началото на XX в. е етапът на **индустриалното общество**. Той се характеризира с бурен растеж и развитие на науките и технологиите. Науката, изучаваща обучението, възпитанието и образованието, също се развива и разраства. В резултат на това се наблюдава диференциация на педагогическото познание. Обособяват се различните раздели на педагогиката.

#### 4. Съвременен период (от края на XX век до днес)

Развитието на обществото и на технологиите дава тласък на педагогическата теория и практика. В последните години обучението се дигитализира, информационните технологии и изкуственият интелект навлязоха в образователните институции.

#### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Запознайте се с Атинската и Спартанската система за телесно възпитание и направете връзка с педагогиката и нейното развитие.
2. Какво е калократия?
3. Запознайте се допълнително с личността и дейността на поне трима от посочените в текста изтъкнати в миналото педагози.
4. Направете характеристика на съвременния период от развитието на науката педагогика.

## ТЕМА 4. МЕТОДИ ЗА ПЕДАГОГИЧЕСКИ ИЗСЛЕДВАНИЯ. ПРИЛОЖЕНИЕ В СПОРТНАТА ПРАКТИКА

### Основни понятия:

- ✓ Метод
- ✓ Инструментариум
- ✓ Научно изследване
- ✓ Наблюдение
- ✓ Експеримент
- ✓ Анкета

*В педагогическата теория под **метод** се разбира път, начин или способ. Думата е с древногръцки произход (*μέθοδος/methodos*) и е придобила международно значение: *method, méthode, methodo*.*

*Методите за педагогически изследвания са начините, по които се изследват педагогическите процеси и явления. Приложението им в спортнопедагогическата практика е с цел провеждане на научно изследване, проверка на ефективността на дадена методика, оптимизиране и организиране на учебно-тренировъчния процес, провеждане на педагогическа диагностика, оформяне на научни трудове (дипломна работа, статия и др.).*

*Подборът и прилагането на конкретен метод (инструментариум за изследване) зависи от педагогическия проблем, от целите и задачите на учебно-тренировъчния и състезателния процес, от интелектуалното развитие и възможностите на изследваните лица, от компетенциите на спортния педагог за прилагането на даден метод, от възможностите за анализ, от наличните ресурси и др.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Наблюдение

В спортнопедагогическата практика методът **наблюдение** се прилага/провежда по време на тренировка, състезание, спортно-подготвителни и възстановителни лагери и др. Наблюдението се извършва от треньора или от упълномощено и подготвено от него лице, като обстановката и извършваната дейност от обучаваните не се променят.

Обект на изследване (какво се наблюдава):

- ✓ индивидуални прояви и поведението на спортистите;
- ✓ физическо и интелектуално развитие;
- ✓ спортно-техническото и тактическото развитие;
- ✓ степен на развитие на личностните качества на спортистите; ниво на възпитаност, дисциплинираност и др.;
- ✓ напредък; евентуални трудности; факторите, които затрудняват дейността;
- ✓ процесът на обучение като цяло (степен на усвояване на знанията и уменията);
- ✓ ефектът от конкретни възпитателни въздействия и много други.

Получените данни се записват (в протоколи, дневници, диаграми, таблици, видео, фотографии и др.). Може да се наблюдава отделен спортист, група от спортисти или целия отбор.

#### 2. Експеримент

Характерно за този метод е, че има намеса в учебно-тренировъчния процес от страна на изследователя. В спортнопедагогическата практика се използва, за да се изследва:

- ✓ ефективност на методика (вкл. нова) за тренировка или развитие на двигателни качества;
- ✓ ефикасност на метод за обучение или метод за възпитание; стил на общуване;
- ✓ психически процеси (внимание, памет, въображение и др.) и др.

Приложението на този метод в спортнопедагогическата практика е в основата на развитието и обогатяването на спортната тренировка. От диагностична гледна точка прилагането на експеримент в учебно-тренировъчния процес може да служи за оптимизиране на работата на спортния педагог.

### 3. Анкета

Чрез анкетното проучване **се изследва мнение или отношение** по даден въпрос и **няма верни и грешни отговори**. Необходимата информация за нуждите на изследването се събира чрез целенасочено задаване на въпроси и получаване на отговори от страна на изследваните лица. Попълването на анкетната карта е анонимно. Идеята е да се гарантира в някаква степен получаването на искрени и достоверни отговори.

- **Видове анкети:**

- *В зависимост от начина на попълване: стандартни и онлайн*

Анкетното проучване може да бъде проведено чрез попълване на анкетна карта на хартия (получена на място, по пощата, с куриер) или чрез попълване на онлайн анкетна карта (изготвят се в различни платформи и специално разработени приложения). Без значение от вида на носителя на информация (хартиен или дигитален), анкетата е необходимо да бъде изготвена качествено, за да се осигури добър резултат, както и да се гарантира анонимността на изследваните лица.

- *В зависимост от начина на структуриране на въпросите: открити, закрити и смесени*

Без значение от избора на изследователя за начина на попълване на анкетната карта, те могат да бъдат **открити, закрити и смесени**. В практиката най-често се използват смесените анкети – съдържат отворени и затворени въпроси.

Откритите въпроси дават възможност за напълно свободно изразяване на собственото мнение от страна на изследваните лица. Закритите въпроси посочват възможните отговори.

#### **АКЦЕНТИ\*\*\***

- Закритите въпроси могат да бъдат:
  - ✓ **дихотомни** (изследваните лица отговарят с „ДА“ и „НЕ“; „харесва ми/не ми харесва“; „жена“/„мъж“; „мога“/„не мога“ и др.) или
  - ✓ **въпроси с многочислени алтернативи за отговор (повече от два)**. Отговорите могат да бъдат и в скала, която изразява **степен на изразеност**, напр.: 1 – изобщо не ми харесва; 2 – не ми харесва; 3 – нито ми харесва, нито не ми харесва; 4 – харесва ми; 5 – много ми харесва (ако изследователят избере такъв тип въпрос, е необходимо да даде инструкция какво означават цифрите и как да се отбележи вярното твърдение).
- **Инструкции за попълване:** при избор на въпроси с многочислени алтернативи за отговор е важно да се дадат инструкции колко отговора да се посочат.
  - **Например:** посочете само един отговор или посочете всичко, което е валидно/отнася се за Вас.

• **Изисквания за разработване на анкетна карта:**

- ✓ *Демонстрирайте уважение към изследваните лица: започнете с обръщение, напр.: Уважаеми, ученици/спортисти/родители и др.; изкажете благодарност, че са попълнили анкетата: Предварително Ви благодарим за участието в проучването/за съдействието и др. – по този начин се пише, когато е в началото, в уводната част. Благодарността може да се напише и в края на анкетата: Благодарим Ви за отделеното време.*
- ✓ *В началото на анкетата (уводната част) е необходимо да се съобщи каква е целта на проучването, кой го провежда и къде ще се публикуват резултатите. Дава се инструкция за начините на попълване.*
- ✓ *Включените въпроси трябва да бъдат добре подбрани (като обем и формулировка). Важно е изследвателят да се съобрази с възрастта и интелектуалните възможности на хората, които ще попълват анкетата, както и да не включва подвеждащи въпроси.*

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Посочете приликите и разликите между педагогическото наблюдение и педагогическия експеримент.
2. Посочете положителните и отрицателните страни на анкетното проучване.
3. Разработете анкетна карта по избрана от Вас тема (да бъде свързана с учебно-тренировъчния и състезателния процес).
4. Анализирайте примерната анкета: уводната част; видовете въпроси – кои са отворени и защо, кои са затворени въпроси – какъв тип и защо. Какъв е видът на анкетата?

#### АНКЕТНА КАРТА

Уважаеми ученици,

Изследователски екип от НСА „Васил Левски“ цели да проучи Вашето мнение за дисциплината в уроците по физическо възпитание и спорт. Изследването е **анонимно**. Резултатите ще се ползват само и единствено с научна цел! **Получената информация по никакъв начин няма да бъде свързана с вас самите!**

Предварително благодарим за отзивчивостта и отделеното време!

1. Анкетата попълва: а) момиче б) момче 2. Възраст .....; 3. Ученик в ..... клас;
4. Учителят по ФВС е: А) жена Б) мъж 5. Обичаш ли часовете по ФВС? А) да Б) не
6. Спортуваш ли? А) не Б) понякога В) да, неорганизирано Г) организирано в отбор/клуб
7. Учителят по ФВС изисква ли от вас да се спазва добра дисциплина?  
 А) не, той не изисква да се спазва добра дисциплина по време на урок  
 Б) не мога да преценя  
 В) да, той много държи на добрата дисциплина по време на урок
8. Ако евентуално НЕ СПАЗВАШ реда и правилата за добро поведение, причината е: (може да посочиш повече от един отговор)
  - Скучно ми е/не ми е интересно
  - Учителят не ми е симпатичен
  - Всички се държат така и аз не искам да седеля от тях
  - Учителят не е честен и справедлив
  - Това ме забавлява

**Попълнете анкетната карта като влезете в QR-кода:**



## ТЕМА 5. РАЗВИТИЕ И ВЪЗПИТАНИЕ НА ЛИЧНОСТТА. ФАКТОРИ НА РАЗВИТИЕТО

### Основни понятия:

- ✓ Растеж
- ✓ Развитие
- ✓ Биологични фактори
- ✓ Наследственост
- ✓ Заложби/талант
- ✓ Среда

*Проблемът за развитието на човека и формирането на неговата личност е интердисциплинарен, т.е. той се разглежда и изучава от редица науки: философия, педагогика, психология, социология, етика, медицина и др. Изучава се самото развитие като процес, факторите, които го определят и са отговорни за настъпващите промени – физически, психически, когнитивни, емоционални и социално-поведенчески.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Развитие – същност

- Развитие е процес.
- Развитие е процес на изменение на човешки индивид под въздействие на редица вътрешни и външни фактори.
- Развитие е процес на последователни прогресивни и позитивни изменения в организма и психиката на човека.
- Развитие е процес на израстване и усъвършенстване на човешката личност.
- Развитие се характеризира с физически, психически, когнитивни, емоционални и социално-поведенчески промени.

**Важно: не всяко изменение е развитие и не всяка промяна води до развитие.**

- Развитие се характеризира с *качествени изменения* в организма и психиката на човека.
- Развитие е свързано с **растежа**, при който се наблюдават количествени изменения и в резултат на количествената промяна настъпват качествени изменения – това е развитие.
- Развитие е последователност от прогресивни позитивни изменения, процес на израстване и усъвършенстване.
- Развитие на личността е процес на физическо и духовно израстване и обхваща всички количествени и качествени изменения във вродените и придобитите качества.
- Основни измерения на развитието са растежът и съзряването.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

Необходимо е да се прави разграничение между растеж, развитие и формиране на личността.

- Растежът е процес на натрупване на количествени изменения, той е една от характеристиките на развитието.
- Развитие е свързано с качествените изменения в организма и психиката на човека.

**Количествените изменения са растеж, а качествените изменения са развитие.**

- Формирането е процес на създаване, изграждане, образуване на ново явление, характеристика.
- Съзряване – проява на развитие, в резултат на което се проявяват способностите, независимо от специфичния опит на човека – това са качествени промени.

## 2. Аспекти на развитието

Развитието на личността е в различни аспекти (фиг. 5). Те са взаимно свързани помежду си. Аспектите на личностното развитие са свързани с развитието на определени личностни качества: интелектуални качества – интелектуално развитие; нравствено-волево развитие – развитие на нравствени (морални) и волеви качества; естетическо развитие – развитие на естетическите качества; физическо развитие – развитие на физическите (двигателните качества) и на организма като цяло и др.



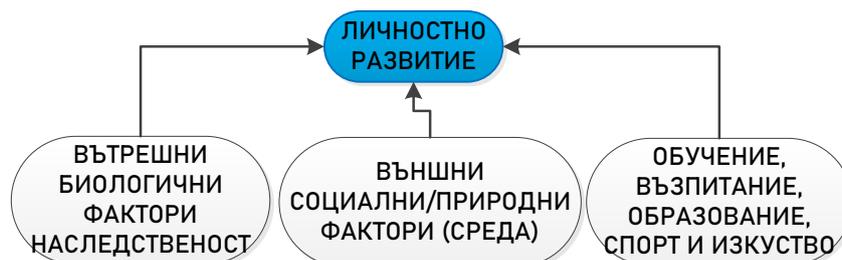
Фиг. 5. Аспекти на личностното развитие

В резултат от развитието на детето и на умственото, физическото и нравственото съзряване то се превръща от биологичен индивид в личност. Това именно е и задачата на обучението, възпитанието и образованието – да спомогнат за развитието на човека и превръщането му в хармонично развита личност и в член на човешкото общество.

## 3. Фактори на развитието

- Развитието на човек е продължителен процес, при който се създава (формира се) личността му под влияние на **вътрешни и външни фактори**.
- Развитието на личността е процес на взаимодействие между **наследствеността** и **средата**, т.е. развитието на личността е резултат от това взаимодействие.

В педагогическата теория са обособени три основни фактора, от които зависи личностното развитие: **наследственост, среда** и **възпитателни въздействия** (фиг. 6).



Фиг. 6. Фактори на развитието

- **НАСЛЕДСТВЕННОСТТА** е вътрешен (обективен) фактор за развитието на личността. В педагогическата теория се среща и като генетичен или биологичен.

Наследствеността е биологичен фактор и оказва влияние върху развитието на личността. Носителите на наследствеността са гените (припомнете си подробности от изучаваното по биология).

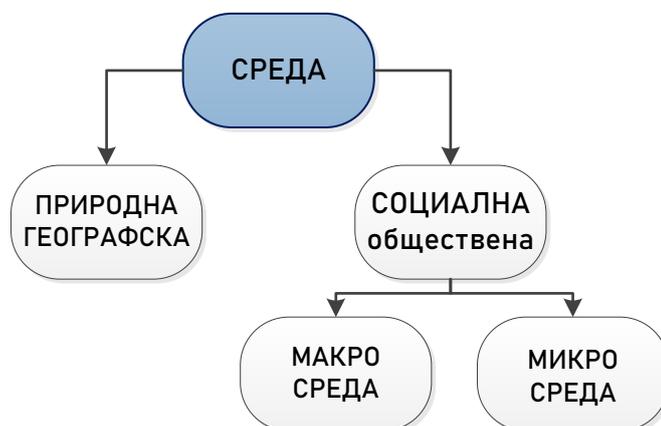
Наследствеността се свързва с предаване от поколение на поколение, от родителите на децата на:

- ✓ определени качества и особености;
- ✓ анатомо-физиологична структура и тип телосложение;
- ✓ цвят на кожата, цвят на очите, цвят и структура на косата;
- ✓ особености на нервната система; тип нервна система; динамика и скорост на нервните реакции;
- ✓ особености на различните сетивни анализатори – зрителен, слухов, двигателен, анализатор за допир;
- ✓ темперамент;
- ✓ интелигентност;
- ✓ особености на физиологичното функциониране на организма;
- ✓ черти на характера;
- ✓ видове заложби у човека – физиологични предпоставки за извършване на различни видове дейност и др.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- ✓ Заложбите са наследствени, вродени особености, с които човек се ражда – това е талантът.
- ✓ Заложбите/талантът не са достатъчни за постигане на високи спортни резултати.
- ✓ Заложбите са природната предпоставка за развитието на **способностите**.
- ✓ В резултат от реализирането на педагогическа дейност, чрез усвояването на знания и формирането на умения, навици и компетенции, на основата на заложбите се формират способностите.
- ✓ Възпитателните въздействия и условията на живот оказват голямо влияние за реализирането на заложбите и способностите.

- **СРЕДАТА** е външен (субективен) фактор за развитието на личността. В педагогическата теория се среща и като социален и природен.



Фиг. 7. Среда - видове

**Макросреда:** това е обществото, голямото обединение със своите специфики: социално-икономическо и политическо развитие, правнонормативна уредба, култура, учреждения и институции. Тя определя общите насоки за въздействие, което се реализира опосредствено чрез микросредата.

**Микросреда:** непосредственото, най-близкото социално обкръжение на човека – семейство, училище, приятелски групи, спортни клубове и отбори и др.

**Природна/географска среда:** нейното въздействие не е пряко, а косвено. Това зависи от формиралата се в съответните природни условия социална среда.

**Образованието, обучението, възпитанието, спортът и изкуството** са социални феномени и са част от социалната среда. Една от техните социални функции е да подпомага личностното развитие на човешкия индивид. Те са и фактори за развитието.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Посочете кои аспекти на наследствеността са важни от спортнопедагогическа гледна точка. Обосновете отговора си.
2. Каква е ролята на географската среда за развитието на личността (в контекста на спортното обучение)?
3. Направете анализ на фиг. 5.

## РАЗДЕЛ II. ДИДАКТИКА/ ТЕОРИЯ НА ОБУЧЕНИЕТО

### ТЕМА 6. ДИДАКТИКАТА КАТО ОБЩА ТЕОРИЯ НА ОБУЧЕНИЕТО

#### Основни понятия:

- ✓ Теория
- ✓ Дидактика
- ✓ Обучение
- ✓ Преподаване
- ✓ Учене

Науката ПЕДАГОГИКА има няколко дяла/раздела. Един от основните е раздел ДИДАКТИКА или ТЕОРИЯ НА ОБУЧЕНИЕТО.

Дидактиката стои в основата на съвременната педагогическа подготовка на хората, заети в образователната сфера, включително и в сферата на спорта: учители по ФВС и треньори по вид спорт. Добрата им подготовка по дидактика играе изключително голяма роля за професионализма и професионалното израстване на специалистите, защото те ще се научат как правилно да преподават, как да реализират качествен процес на обучение, вкл. и учебно-тренировъчен процес; как да научат успешно някой на нещо.

#### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

##### 1. Етимологичен произход

Терминът „дидактика“ е със старогръцки произход: от didasko – обучавам, наставлявам; didaskalia – обучение, преподаване; didagma – урок и didaskalos – учител.

##### 2. Въвеждане на дидактиката в научното познание

Основоположник на дидактиката е чешкият педагог **Ян Амос Коменски (1592–1670)**. В неговото научно творчество и практика дидактиката е разглеждана в много широк смисъл – обхващала е обучението, възпитанието и образованието, или всичко, което днес изучава и разглежда педагогиката. Поради тази причина казваме, че Коменски е основоположник на науката ПЕДАГОГИКА.



Той успява да систематизира и обобщи всичко, известно до момента, обикаля училищата, чете, пише и издава книги. Основният педагогически труд в неговото творчество е книгата „**Велика дидактика**“ (*Didactica Magna*), която самият той превежда на латински език, който по онова време се използва от учените по света. Коменски пише книгата повече от 10 години. Именно с нейното написване той поставя основите на педагогиката. Тази книга се явява първата цялостна разработка на педагогическата проблематика, а именно: в нея са формулирани целите и принципите на обучението и възпитанието; обяснена е класно-урочната система на обучение, систематизирано е цялото научно познание в областта на образованието до момента.

Идеите на Коменски, че науката за обучение и възпитание е дидактика, са доразвити през първата половина на XIX век от немския философ и педагог **Йохан Фридрих Хербарт (1776–1841)**. Според Хербарт дидактиката е част от педагогиката. Можем да кажем, че е негова заслугата бъдещите учители да изучават педагогика.



Впоследствие възгледите на Хербарт се доразвиват и днес дидактиката е утвърдена като раздел на науката педагогика като самостоятелно научно направление.

### 3. Същност на дидактиката

В педагогическата теория и практика е прието, че дидактиката е раздел на науката педагогика.

В широк смисъл на думата, дидактиката се разглежда като теория на обучението, а в тесен или конкретен смисъл е:

- ✓ теория на преподаването (технологична страна на обучението – или как да се обучава, с какво трябва да се съобрази педагогът: същност и особености).
- ✓ теория на образованието – разглежда се съдържателната, резултативната страна на обучението.

*Ние за по-кратко приемаме, че дидактиката е теория на обучението.*

#### **АКЦЕНТИ \*\*\***

- Науката, която изучава обучението, възпитанието и образованието, **според Ян Амос Коменски** се е наричала ДИДАКТИКА.
- Днес ДИДАКТИКАТА изучава всичко, което засяга обучението като процес и дейност; организацията; технологията на обучение – принципи и методи и др. Разглеждат се същността на процеса на обучение, съдържанието, принципите на обучение (дидактическите принципи), методите на обучение, организационните форми, ръководната роля на педагога в процеса на обучение и др.

### **ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА**

1. Запознайте се по-подробно с биографията и дейността на Ян Амос Коменски.
2. Защо треньорите трябва да изучават дидактика? Обосновете отговора си.

## ТЕМА 7. ПРОЦЕСЪТ НА ОБУЧЕНИЕ – ОСНОВНИ ХАРАКТЕРИСТИКИ. СЪЩНОСТ НА ТРЕНИРОВКАТА КАТО ПЕДАГОГИЧЕСКИ ПРОЦЕС. ПЕДАГОГИЧЕСКИ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

### Основни понятия:

- ✓ Процес
- ✓ Обучение
- ✓ Знания
- ✓ Умения
- ✓ Навици
- ✓ Компетенции

*За да бъде по-лесно възприемането на материала и да не се утежнява текстът, ще се използва „ПЕДАГОГА“ като сборно понятие. Има се предвид – обучаващият, учителят, треньорът, преподавателят, инструкторът, спортният педагог: това е лицето, което обучава. Обучаваните като другата страна в този процес са: ученици, спортуващи, спортисти.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност на обучението като процес

Обучението е целенасочен педагогически процес за предаване и усвояване на знания. Характерно за този процес е, че това е система от последователни действия от страна на педагога и ръководените от него действия на обучаваните, които са насочени към съзнателно и трайно усвояване на знания, умения и навици и в резултат на това да се формират компетенции. Усвояването на знанията, уменията и навиците при обучението се осъществява чрез съзнателното и активно участие както на обучаващите, така и на самите обучавани, т.е. трябва да има единство в работата и на двете страни – това е един вид съвместна дейност.

#### 2. Същност на спортното обучение

*Спортно обучение/обучение по време на спортна дейност: предаване на знания от страна на спортния педагог и усвояването им от занимаващите се със спорт. Под вещото ръководство на спортния педагог и на база предадените и усвоените знания е необходимо да се формират умения, навици и необходимите компетенции.*

#### 3. Характеристики на процеса на обучение

- Процесът на обучение е активен и двустранен процес, т.е. има две страни: педагог – обучавани.
- Процесът на обучение е целенасочен педагогически процес, който се осъществява под ръководството на педагог и съзнателното участие на учащите (обучаваните).
- Процесът на обучение е цялостен процес, който има своята вътрешна логика. Логиката е именно редът, по който се преподава и изучава предвиденият учебен материал. Тя зависи от логиката на учебната дисциплина, конкретния спорт и спортна дисциплина, но и от закономерностите на усвояването. Не трябва да се пренебрегват и условията, при които се осъществява самото обучение.
- Процесът на обучение е познавателен – изгражда се върху теорията на познанието и логиката.
- Процесът на обучение е продължителен.

**АКЦЕНТИ \*\*\***

- Обучението е един от основните видове обществена дейност.
- **ОБУЧЕНИЕТО** е един от най-важните фактори за развитието на човешката личност и не само: обучението и възпитанието са факторите, които оказват влияние върху развитието на човешката цивилизация, на човешкото общество, на света като цяло.
- Дейностите и отговорностите на педагога са: да планира, организира, регулира и да съдейства за осъществяване на учебния процес/учебно-тренировъчния процес. За тази цел той трябва да мотивира, стимулира и инструктира обучаваните да извършват активна познавателна дейност. При необходимост педагогът коригира дейността на обучаваните, подпомага ги и ги оценява.
- Обучението като процес има цели и задачи; технологии – принципи и методи за обучение; форми – урок, занимание, тренировка и др.

**4. Същност на тренировката като педагогически процес**

Спортната тренировка е основна организационна форма за подготовка на спортистите и за занимания с целенасочена физическа дейност (физически упражнения); основна форма за технико-тактическа подготовка, в резултат на която, при правилна педагогическа постановка, се достига висока степен на съвършенство в дадения спорт.

- Спортната тренировка е планиран педагогически процес, който включва обучението на спортиста в спортната техника и тактика и развитието на неговите физически способности.
- Тя е единен, многогодишен процес на **обучение** и **възпитание** и повишаване на физическите и функционалните възможности на организма на спортуващите.
- Това е процес, насочен към повишаване работоспособността на организма, както и към достигане на високи спортни резултати, каквато е и целта на елитния спорт. Именно във и чрез спорта се развиват различни физически качества и спортуващият овладява нови двигателни умения и навици и не на последно място – върху него се оказват възпитателни въздействия с цел формиране на неговата личност.
- Това е дейност, по време на която се изпълняват физически упражнения, които укрепват здравето, повишават физическата годност и дееспособност; реализират се технико-тактическо, физическо и функционално усъвършенстване на спортуващите.

**АКЦЕНТИ \*\*\***

- Спортната тренировка е целенасочен педагогически процес. Определяме я като такава, защото треньорът (спортният педагог) едновременно обучава и осъществява възпитателни въздействия.
- Обучението по време на спортната тренировка е насочено към овладяване на нови знания, умения, навици и компетенции от спортуващите/спортистите под вещото ръководство на треньора.

- **Знанията**, които предава треньорът, са свързани с:
  - ✓ конкретния спорт/спортна дисциплина;
  - ✓ техниката на изпълнение;
  - ✓ тактиката;

- ✓ правилознанието;
  - ✓ храненето и възстановяването;
  - ✓ развитието на двигателните качества;
  - ✓ нормите на поведение, fair play и спортсменство и др.
- От своя страна обучаваните ги възприемат и усвояват.
  - На основата на усвоените знания се формират и необходимите двигателни умения. В резултат от многократните изпълнения (самостоятелно, но и под ръководството на треньора) се формират двигателните навици. Като краен резултат е формирането на съответните компетенции.

В зависимост от занимаващите се със спортна дейност и поставените цели тренировка има в:

- ✓ детско-юношеския спорт;
- ✓ предучилищното и училищното ФВС;
- ✓ университетския спорт;
- ✓ структурите на полицията и в армията;
- ✓ спорта за хора с увреждания;
- ✓ масовия спорт и спорт за здраве/спорт за всички;
- ✓ при хора с травми и заболявания – лечебна тренировка/лечебна физкултура (ЛФК)/лечебно-оздравителна гимнастика;
- ✓ професионалния/елитен спорт/високо спортно майсторство.

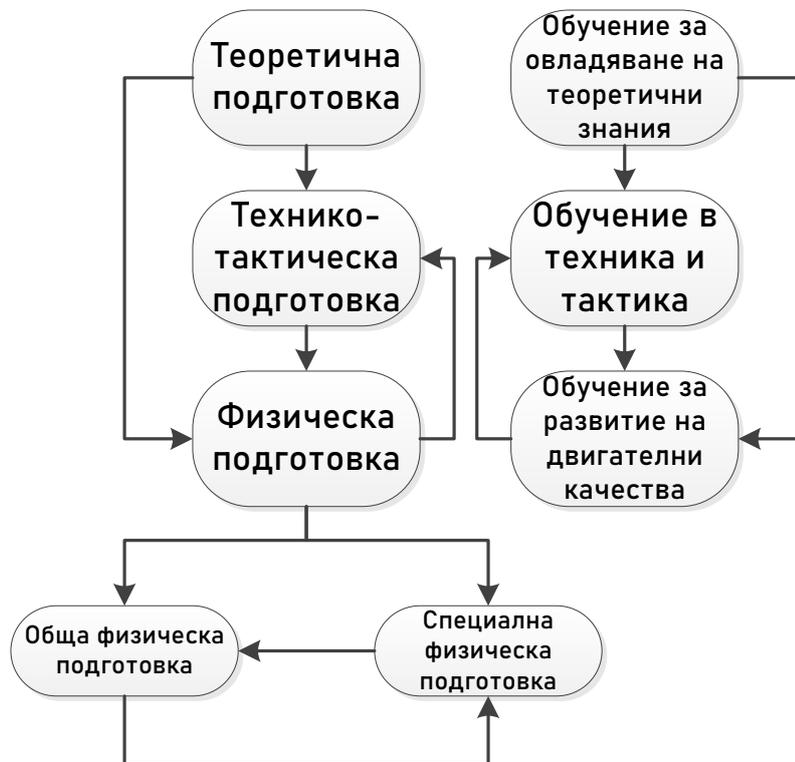
Спортната тренировка има педагогически характер. По време на спортна дейност (учебно-тренировъчна и спортносъстезателна) е необходимо да се съблюдават съответните спортнопедагогически изисквания за изграждане и провеждане на качествен процес на обучение.

Без значение в кой аспект я разглеждаме, тренировката е единство на педагогическите процеси обучение, възпитание и свързаното с тях личностно развитие. Именно поради тази причина казваме, че се извършва **спортнопедагогическа дейност**.

С цел по-доброто изучаване на процесите обучение и възпитание ние ги разглеждаме поотделно, но в реалния тренировъчен процес е трудно да се разграничат, те се реализират едновременно в дейността. Няма отделни тренировки за обучение и отделни за възпитание.

В тренировъчната дейност се реализира единен учебно-възпитателен процес. Те се реализират в системата треньор – състезател/и; треньор – спортуващ/и, като между тях има непрекъснато взаимодействие. Водещата роля е на треньора, на спортния педагог, без обаче да се подценяват усилията на другите субекти, участващи в тренировъчния процес, и преди всичко на отделните състезатели и отбори като цяло.

## 5. Педагогически цели и задачи, осъществявани по време на тренировка



Фиг. 8. Паралел между подготовката в спортната тренировка и педагогическия процес ОБУЧЕНИЕ

Обучението (вкл. спортното обучение) е контролиран и управляем процес. Тези две дейности се извършват от спортния педагог. В тази връзка е необходимо треньорите да контролират и управляват дейността, свързана с овладяването на нови технически и тактически умения и развитието на двигателните качества на обучаваните:

- Да се извършва контрол как обучаваните възприемат и овладяват новата за тях техника и тактика – важно е да се следи за прецизното, правилно и точно изпълнение.
- Да се следи за прецизното изпълнение и при работата за развитие на двигателните качества.
- Да се следи за оптималната температура и хигиенните условия на тренировъчните терени (закрити помещения, на открито, в басейни и др.), за да се обезпечат безопасността и превенцията на спортния травматизъм, и др.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Обосновете се защо обучението е продължителен процес? Може ли да се каже, че това е валидно за спортното обучение, и защо?
2. Разгледайте фигура 1 и я анализирайте.

## ТЕМА 8. ПРЕПОДАВАНЕТО И УЧЕНОТО КАТО ОСНОВНИ ДЕЙНОСТИ НА ПРОЦЕСА НА ОБУЧЕНИЕ

### Основни понятия:

- ✓ Процес
- ✓ Обучение
- ✓ Преподаване
- ✓ Учене

*В резултат на преподаването и ученето (двете страни на процеса на обучение) обучаваните овладяват определени знания, умения и навици, които водят до формирането на компетенции и до прогресивни личностни промени – развитие.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност

- Процесът на обучение може да се определи като единство на дейностите преподаване и учене, осъществявано при взаимодействието между педагога и обучаваните, в резултат на което обучаваните овладяват определени знания, умения, навици и компетенции.
- Взаимодействието между педагога и обучавания в процеса на обучение се осъществява чрез две основни дейности – **преподаване** и **учене**. Или двустранният процес на обучение се реализира чрез дейностите **преподаване** и **учене**. Педагогът преподава – това е дейността, която той извършва, а другата страна от този процес учи, усвоява – дейност, извършвана от обучаваните. Поради тази причина процесът на обучение има двустранен характер: процес на преподаване (дейност на преподавателя) и процес на учене-усвояване (дейност на обучаваните). Едните предават знанията, ръководят и контролират усвояването им (преподаване), а другите ги усвояват и формират умения и навици (учене).

#### 2. Специфики на обучението, преподаването и ученето като дейности

Двете страни на обучението са педагогът и обучаваните. По време на реализирането му и двете страни извършват някаква дейност. Поради тази причина е уместно да се разгледа дидактическото отношение между преподаването и ученето.

Първо е важно да се уточни, че преподаването като дейност не може да съществува самостоятелно – извън процеса на обучение: *няма смисъл от преподаване, без да има кой да учи.*

- **Преподаване** – дейност, която се извършва от специално подготвени лица, преминали през съответното обучение с педагогическа насоченост. За да се осъществява тази дейност, се изискват и са необходими специфични знания и умения от страна на преподаващите (педагозите), придобити чрез педагогическо образование. Важно е те да имат педагогическа подготовка – теория и практика. За спортното обучение е важно треньорите да имат спортнопедагогическа подготовка.

При преподаването педагогът, освен че предава знания, контролира и тяхното усвояване; подпомага и улеснява ученето на обучаваните. Чрез него се реализират целите и задачите на спортното обучение с помощта на подходящи методи, форми и средства.

*Методически изисквания:*

- ✓ Необходимо е учебното съдържание да бъде прецизирано и при необходимост редуцирано по обем и сложност.

- ✓ Необходимо е при нужда учебното съдържание да се разпредели на части, които имат логическа връзка помежду си.
- ✓ Необходимо е педагогът да се съобразява с основните документи, които засягат учебното съдържание – учебен план, учебна програма, тренировъчен план и др.
- ✓ Необходимо е да се предвиди самостоятелна работа.

- **Учене**

Това е процес на усвояване на информация. За качеството на ученето роля и значение имат вътрешни и външни фактори.

Вътрешните фактори са личностно обусловени и към тях спадат:

- ✓ съзнанието на обучаваните;
- ✓ познавателната активност на обучаваните;
- ✓ физическите и интелектуалните възможности на обучаваните;
- ✓ личностните потребности на обучаваните и др.

Към външните фактори се отнасят ролята и дейността на педагога и качеството на преподаването, на първо място, и ролята на социалната/семејната среда.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Какви са приликите и какви са разликите между обучение и преподаване?
2. Как семейството като фактор оказва влияние върху ученето на децата?

## ТЕМА 9. ОСНОВНИ ЕТАПИ НА ОБУЧЕНИЕТО. ИЗИСКВАНИЯ КЪМ ДЕЙНОСТТА НА СПОРТНИЯ ПЕДАГОГ

### Основни понятия:

- ✓ Структура/етапи на обучението
- ✓ Сетивно възприемане
- ✓ Осъзнаване и осмисляне
- ✓ Затвърдяване
- ✓ Приложение в практиката

*Процесът на обучение е специфичен познавателен процес – притежава характерните за всяка познавателна дейност черти, а именно – сетивно възприемане, абстрактно мислене и проекции в практиката.*

*В педагогическата литература е утвърдено, че основните етапи на обучението определят неговата структура. Това са: сетивно възприемане, осмисляне и обобщаване на учебния материал, затвърждаване и приложение на знанията, уменията и навиците в практиката.*

**Важно!** *Не бива да се бърка структурата на процеса на обучение (неговите етапи) с етапността при формирането на двигателен навик, което се изучава по Теория и методика на физическото възпитание.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1.

#### Първи етап: сетивно възприемане

Първият етап на процеса на обучение се нарича **сетивно възприемане** на новия учебен материал.

В този етап педагогът поставя пред обучаваните целите на обучението, подпомага ги да ги осъзнаят; мотивира и създава стимули за учене и овладяване на нови знания и двигателни умения.

Характерно за сетивното възприемане е, че има **непосредствено възприемане** от обучаваните на изучаваното от тях чрез зрителния и слуховия анализатор или в опосредственото им запознаване с новите знания с помощта на словото (от страна на педагозите, книгата, учебника или друг източник на информация).

Сетивното познание е необходима предпоставка, основа на логическото познание. Усещанията, възприятията и представите като сетивно отражение на действителността осигуряват познание за отделните предмети и явления. Възприемането се осъществява от сетивните органи (анализатори). Задача на педагозите е да осигурят по възможност да участват повече анализатори (зрителен, слухов, двигателен и др.), защото колкото повече анализатори вземат участие във възприемането, толкова по-пълно и цялостно ще бъде то.

В този етап голямо значение има и миналият опит на обучаваните. Върху неговата основа, наред с непосредственото възприемане, обучаваните се запознават и опосредствено – чрез словото на педагога, чрез използването на различни видове нагледност. Непосредственото и опосредственото възприемане се допълват взаимно и се използват в единство. Опитът на обучаваните непрекъснато се разширява, все повече се обогатяват техните възприятия и представи, които се използват като основа за придобиване на нови знания, умения и навици. Качеството на възприемането зависи много от това, доколко то е целенасочено, организирано и ръководено от педагога.

В този етап е много важно да се обърне внимание на **първото впечатление**. То трябва да бъде ясно и точно, тъй като оставя трайни следи в съзнанието на обуча-

ваните. **Правилно първо впечатление – правилно първо възпроизвеждане – правилна техника на изпълнение.** От методическа гледна точка е важно педагогът/спортният педагог да спомага за правилно първо впечатление (чрез правилна демонстрация и съответните пояснения) и последващото правилно първо възпроизвеждане от страна на обучаваните (при необходимост веднага трябва да се внасят корекции).

Върху качеството на възприемането оказват влияние съсредоточеността на вниманието на обучаваните, отношението им към дейността, формирането у тях на интереси и чувства, които възникват в процеса на обучение.

Возприемането на новия учебен материал трябва да се съобрази с редица дидактически изисквания: да се представя по възможност в най-кратка и лаконична форма; да е без излишни и несъществени подробности, които пречат да се фиксира вниманието на обучаваните върху основното, най-важното.

### 1. Втори етап: осмисляне и обобщаване на учебния материал

Това е вторият етап от процеса на обучение. Целта му е да се вникне в същността на изучаваното. Върху тази основа е необходимо да се формират понятия, да се усвои система от знания. Обучаваните трябва да достигнат до понятия, правила, закони.

В педагогическата теория и практика е установено, че до същността не може да се достигне непосредствено, т.е. само чрез сетивата/сетивните органи/сетивните анализатори. Това става чрез мисленето – осмисляне и обобщаване на възприетия материал. Познавателната дейност трябва да е насочена към разбиране (три основни степени – осъзнаване, осмисляне, просветляване/инсайт).

**Инсайт** – качествен скок от неразбирането към разбирането. То е висша степен на разбирането на учебния материал. Спортният педагог трябва да се съобразява с големите индивидуални различия при движението неразбиране – разбиране. Този внезапен и качествен скок не се извършва едновременно при всички. Зависи от подготовката и развитието на отделните обучавани. Съобразяваме се и използваме принципа за индивидуален подход.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Началният етап на обучението е възприемането на учебния материал. Осъществява се с помощта на анализаторите. През *първия етап от процеса на обучение се реализира началното разучаване.*
- *Вторият етап от процеса на обучение е свързан със задълбоченото разучаване.*

### 2. Трети етап: затвърдяване на учебния материал

В третия етап най-голямо значение има **повторението**. Чрез повтаряне на вече *възприетото, осмислено и разбрано ново знание* се допринася за трайното усвояване, за запомняне и задържане на знанията в паметта (запомняне, съхраняване и възпроизвеждане). Тези процеси на паметта зависят от първите впечатления, а бързината и качеството на запомняне зависят пряко от начина и качеството на възприемане, от количеството и качеството на материала, който трябва да се запомни.

От методическа гледна точка е важно педагогът/спортният педагог да разработи добре учебния материал, да прецени неговия обем и ниво на трудност спрямо

възможностите на обучаваните, да се съобразява с методиката на преподаване, да обръща внимание на първото възпроизвеждане от обучаваните. Също така е необходимо да мотивира добре обучаваните, за да се извършват целенасочени повторения и да се избегне механичното запаметяване. Установено е, че има пряка зависимост между качеството на разработка на учебния материал (дейност на педагога) и усилията за неговото затвърдяване (мотивираща дейност на педагога и като резултат дейност на обучаваните). При добре разработен учебен материал се наблюдават по-малко усилия за неговото затвърдяване и обратно.

#### 4. Четвърти етап: прилагане на знанията, уменията и навиците в практиката

Заключителният етап от процеса на обучение е възможността наученото (възприетото, осмисленото, разбрано и запомнено *ново знание*) да бъде приложено в практиката и да бъдат формирани съответните компетенции.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Процесите на обучение и възпитание се реализират едновременно – обучавайки, се осъществяват и възпитателни въздействия.
  - *Пример:* в първия етап от процеса на обучение е необходимо спортният педагог да **мотивира** обучаваните и да създаде стимули за „учене“ и овладяване на нови знания и двигателни умения – преди да започне да преподава и по време на преподаването, той осъществява възпитателни въздействия.

#### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

Избройте сетивните органи/анализатори, които имат отношение към обучението?

## ТЕМА 10. СИСТЕМА НА ОБРАЗОВАНИЕТО

### Основни понятия:

- ✓ Система
- ✓ Образователна система
- ✓ Структура на образованието
- ✓ Образователни степени

*През съвременния етап от развитието на педагогиката като теория и практика (развитието на педагогическото познание и педагогическата практика) е характерно, че роля и отговорност за развитието, управлението и узаконяването на образователната система има държавата. В страната ни Министерството на образованието и науката и в случаите, засягащи*

*спортнопедагогическото образование – Министерството на младежта и спорта, отговарят за управлението и развитието на образованието – учебни програми, определят се основните насоки на обучението и др.*

*В системата на българското образование съществуват държавни образователни институции – съставляват общественото образование, и частни образователни институции, които предоставят услугата образование – частни детски градини, училища и университети. Следователно в образователната система съществуват обществени училища и частни училища, държавни университети и частни университети и др.*

*Роля и задължение на държавата е да гарантира, че в образователната система са включени всички деца и младежи, защото образованието е **основно човешко право** – на образование в страната ни имат право всички граждани. Също така е важно да бъде дадена възможност всички граждани да получат възможността да завършат задължителното образование, както и да имат достъп до по-висока образователна степен.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Система на образованието – същност и особености

**Система** – това е подреден набор от елементи, които си взаимодействат помежду си и са взаимосвързани.

**Система на образованието** – структура, формирана от различни компоненти, за да се осъществява образованието на населението: учебно-възпитателни институции (детски градини, училища, колежи, висши училища, педагогически и непедагогически персонал); това са всички учебно-възпитателни институции и учреждения в една държава, които са свързани и функционират на основата на общи за всички тях принципи.

#### 1. Видове образователни системи

- **Централизирани** – упражнява се контрол върху всички учебни заведения и обслужващи звена от страна на държавата.
- **Нецентрализирани** или **децентрализирани** – контролът върху учебните заведения е разпределен между регионалните и местните администрации (местната власт), вкл. и на училищното управление, при стриктно спазване на насоките в държавното законодателство.

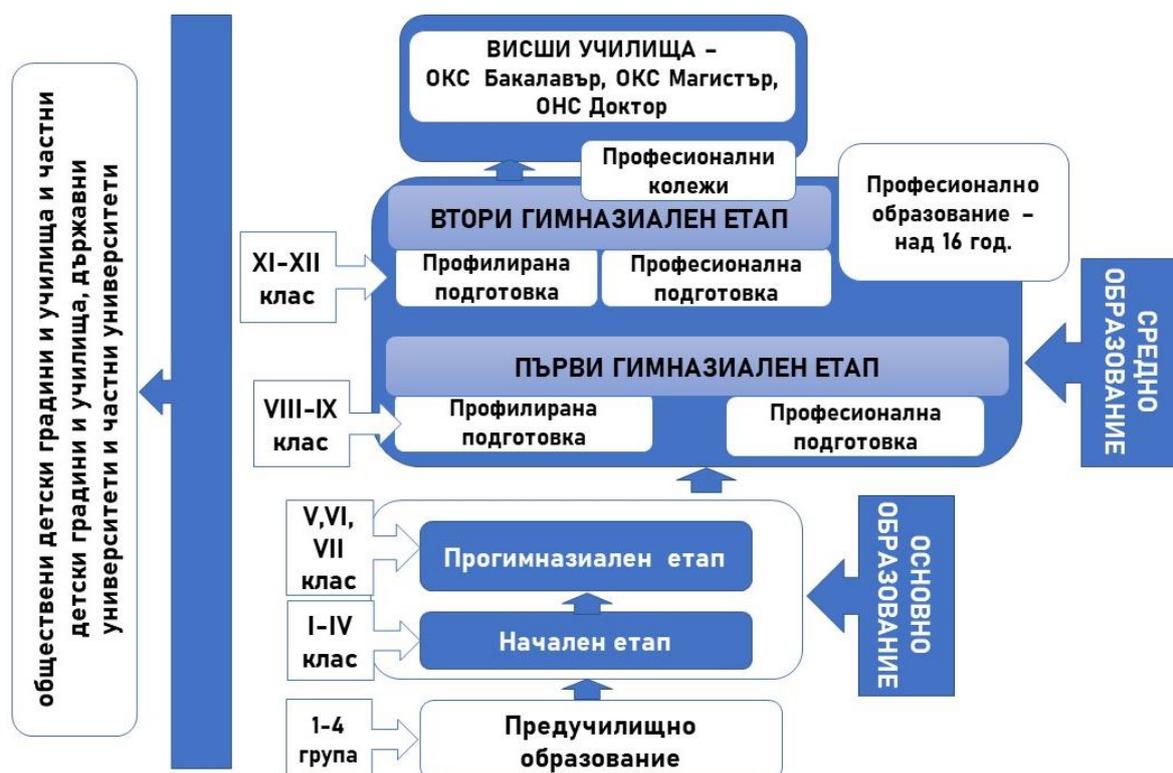
Това разделение е според характера на управлението на образователната система на национално ниво – какви правомощия има държавата върху управлението ѝ.

#### 2. Цели на българската образователна система:

- Да се развива и формира интелектуалният потенциал на учениците, както и на комплекс от личностни качества и социални умения.

- Да се насърчава индивидуалността на всеки ученик и да се работи по отношение на националната, културната и историческата осъзнатост.
- Да се осигурят основна и професионална подготовка и да се насърчават младежите към по-нататъшно обучение и саморазвитие.

3. Структура на образованието – това са видовете образователни степени, които се придобиват за определен период от време (фиг. 2).



Фиг. 9. Структура на образователната система в България

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Управлението на образованието в страната ни е централизирано, с тенденция от последните години към децентрализация.
- **Основни закони, регулиращи образователната система в България** (устройство, функции, управление, финансиране и др.): Закон за предучилищното и училищното образование (ЗПУО); Закон за професионалното образование и обучение (ЗПОО) и Закон за висшето образование.
- Регионалното управление на образованието (РУО) е териториална администрация към министъра на образованието и науката за управление и контрол на системата на предучилищното и училищното образование.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Прочетете и анализирайте в ЗПУО: Глава първа: Раздел II, III и IV; Глава шеста, Раздел I. След това направете анализ на фигура 2.

## ТЕМА 11. УЧИЛИЩЕТО КАТО ИНСТИТУЦИЯ

### Основни понятия:

- ✓ Училище
- ✓ Закон
- ✓ Институтция
- ✓ Образователна среда

*Училището е учебно-възпитателна и образователна институция. Това е образователна среда, към която се предявяват редица нормативни изисквания. Те са заложени в Закона за предучилищно и училищно образование.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Образователна среда

Образователната среда е социална среда, която се образува в образователна институция – детска градина, **училище**, висше училище.

#### *Изисквания към образователната среда:*

- Да бъде качествена – да се осигуряват обучение, възпитание, образование и общуване с високо качество.
- Да бъде здравословна – да се опазват животът и здравето на обучаваните (да се спазват определени изисквания за сградния фонд и прилежащите територии (физическа среда) – хигиенни условия, отопление, осветление, вентилация и др.; взаимоотношенията вътре в образователната институция е необходимо да бъдат здравословни – липса на насилие и тормоз – физически, психически, емоционален и др.).
- Да бъде сигурна – откъм прояви на насилие и тормоз; да се осъществява сигурен и безопасен учебен процес; да бъдат взети мерки за превенция от природни бедствия и аварии, както и терористични нападения – физическата среда да е обезпечена, вкл. педагогическият, непедагогическият персонал да бъдат подготвени за превенция и оказване на помощ, да се осъществява подготовка и периодични обучения и на учениците.
- Да бъде развиваща – образователната среда е необходимо да бъде условие за личностно развитие; да отговаря на индивидуалните образователни потребности и да се гарантира уважение към личността на обучаваните.

#### 2. Училище

Училището е учебно-възпитателно заведение, институция. Посещава се от ученици на определена възраст (6–18 г.) с цел да придобиват знания и да формират различни качества и компетенции.

В Закона за предучилищно и училищно образование (ЗПУО) е дефинирано като: *„Училището е институция в системата на предучилищното и училищното образование, в която се обучават, възпитават и социализират ученици и се осигуряват условия за завършване на клас и етап и/или за придобиване на степен на образование. ... училището осигурява и условия за придобиване на професионална квалификация“.*

Училището е юридическо лице и в него работят педагогически и непедагогически персонал.

Функциите на училището са: образователна; възпитателна; развиваща и социализираща.

#### **Видове училища:**

- Според начина на финансиране: държавни, общински, частни или духовни.
- Според вида на подготовката: неспециализирани и специализирани.
- Според етапа или степента на образование неспециализираните училища са:

- ✓ начални (I–IV клас включително);
  - ✓ основни (I–VII клас включително);
  - ✓ гимназии (VIII–XII клас включително) – профилирани и професионални (според съдържанието на подготовката);
  - ✓ обединени (I–X клас включително);
  - ✓ средни (I–XII клас включително).
- Според подобряване на качеството на образованието могат да бъдат **иновативни** (виж ЗПУО): в тях се разработват и въвеждат иновативни елементи по отношение на организацията и/или съдържанието на обучението; обучението се организира по нов начин; прилагат се нови методи и средства за обучение; имат разработени нови учебни планове, програми и учебно съдържание.
  - Специализирани училища – според типа кадри, които се подготвят:
    - ✓ спортни училища (V–XII клас включително) – държавни и общински;
    - ✓ училища по културата (I–XII, V–XII или VIII–XII клас включително) – държавни;
    - ✓ училища по изкуствата (I–XII, V–XII клас или VIII–XII клас включително) – държавни;
    - ✓ духовни училища (VIII–XII клас включително).
  - Според часа на учебното време са: дневни и вечерни.
  - Специални училища (осигуряват целодневна организация на учебния ден, хранене и общежитие):
    - ✓ за обучение и подкрепа на ученици със сензорни увреждания – увреден слух или нарушено зрение;
    - ✓ възпитателни училища интернати – за обучение на ученици, които са извършили противообществени прояви;
    - ✓ социално-педагогически интернати – за ученици, лишени от родителски грижи и надзор; на които не са осигурени подходящи условия на живот от семейството; извършили противообществени прояви.
  - **Спортни училища:** осигуряват общообразователна и специализирана подготовка в областта на спорта, а в средната степен на образование професионална подготовка в професионално направление „Спорт“.
  - Средищни училища – те са държавни или общински и в тях се обучават учениците от населени места на територията на общината или на съседни общини, в които няма училище.
  - Защитени училища – закриването им може да доведе до нарушаване на достъпа до образование и поради тази причина те не могат да бъдат закривани.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. В какви училища сте учили до момента? Направете им анализ.

## ТЕМА 12. СЪДЪРЖАНИЕ НА ОБУЧЕНИЕТО И ОБРАЗОВАНИЕТО. ОСНОВНИ ДОКУМЕНТИ ЗА СЪДЪРЖАНИЕ НА ОБУЧЕНИЕТО – УЧЕБЕН ПЛАН, УЧЕБНА ПРОГРАМА, УЧЕБНИЦИ

### Основни понятия:

- ✓ Учебен план
- ✓ Учебна програма
- ✓ Учебници

*Съдържанието на обучението и образованието в България са регламентирани в Закона за предучилищно и училищно образование. Всичко, което засяга училищното образование, е разработено в Раздел II. Училищна подготовка – същност и съдържание, и в Раздел III. Учебен план.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Съдържание на обучението и образованието. Същност

Съдържанието на обучението и образованието е определено в ЗПУО и се отнася за количеството и качествата на знанията, уменията, навиците и компетенциите, които е необходимо да усвоят учениците в процеса на обучение:

- ✓ какви знания да се предават/преподават;
- ✓ какво да се изучава през учебното време.

#### 2. Основни документи за съдържанието на обучението

- **Учебният план** е официален държавен документ. В него са посочени разпределението на учебното време между учебните предмети или модули, необходими за училищната подготовка. Учебният план е съставен от три раздела: задължителни учебни часове; избираеми учебни часове и факултативни учебни часове.

В този документ са определени рамковите учебни планове по класове, етапи и степени на образование. Съдържа брой учебни седмици по класове; наименованията на учебните предмети/модули; годишен брой учебни часове; общ брой на избираемите учебни часове за годината; максимален годишен брой факултативни учебни часове; регламентирани са организирането и провеждането на спортни дейности и др.

На основата на типовия/рамковия учебен план всяко училище разработва училищен учебен план съобразно интересите на учениците и възможностите си (лична материална база и кадрови ресурси).

Учениците, които се обучават в индивидуална форма на обучение, учениците със специални образователни потребности, учениците с изяви дарби имат право да им бъде разработен **индивидуален учебен план**, съобразен с училищния.

- **Учебна програма** – тя конкретизира съдържанието, поставените цели и задачите на обучението по отделна учебна дисциплина. Учебната програма може да бъде и индивидуална за учениците на индивидуален учебен план. Елементите ѝ са: цел, задачи и съдържание на обучението, методи за обучение, методически изисквания, самостоятелна работа и начини на оценяване.
- **Учебници** – в ЗПУО е дадена дефиниция: „Учебникът е произведение, създадено в резултат на творческа дейност, което е одобрено от министъра на образованието и науката за осигуряване на училищната подготовка. Учебникът е дидактическо средство, което е за самостоятелно учене на ученика и което подпомага цялостното му обучение по определен учебен предмет или модул за овладяване на компетентностите, посочени в държавния образователен стандарт за общообразователната подготовка, държавния образователен стандарт за профилираната подготовка или държавния образователен стандарт за придобиването на квалификация по професия, както и в съответната учебна програма“.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Запознайте се с Глава седма, Раздел I от ЗПУО.

## РАЗДЕЛ III. ПРИНЦИПИ, ТЕХНОЛОГИИ И ФОРМИ НА ОБУЧЕНИЕТО

### ТЕМА 13. ПРИНЦИПИ НА ОБУЧЕНИЕ – НАГЛЕДНОСТ, ДОСТЪПНОСТ, СЪЗНАТЕЛНОСТ И АКТИВНОСТ, ИНДИВИДУАЛЕН ПОДХОД, СИСТЕМНОСТ И ПОСЛЕДОВАТЕЛНОСТ, ТРАЙНО ОВЛАДЯВАНЕ НА ЗНАНИЯТА, УМЕНИЯТА И НАВИЦИТЕ. ПРИЛОЖЕНИЕ НА ДИДАКТИЧЕСКИТЕ ПРИНЦИПИ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВЪЧНИЯ ПРОЦЕС

#### Основни понятия:

- ✓ Принцип
- ✓ Принцип за нагледност
- ✓ Принцип за достъпност
- ✓ Принцип за системност и последователност
- ✓ Принцип за индивидуален подход
- ✓ Принцип за трайно овладяване на знанията, уменията и навиците

*Обучението като специфична познавателна дейност се подчинява на определени технологични правила – **принципи и методи за обучение**.*

*В педагогическата теория и практика принципите за обучение се срещат и като дидактически принципи. Те са основни изисквания към процеса на обучение като цяло, които се отнасят до всички негови страни, етапи и прояви. Те определят дей-*

*ността на педагозите, ръководят я, определят насоките за организиране и провеждане на обучението; определят съдържанието, организацията, избора на методи и средства за обучение (това са определени теоретични изисквания, които определят дейността на педагога и обучаваните).*

*Всички дидактически принципи в реалния процес на обучение си взаимодействат и взаимно се допълват. Отделното им разглеждане е условно.*

#### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

##### 1. Принцип за НАГЛЕДНОСТ в обучението

Принципът за нагледност в обучението е формулиран от Я. А. Коменски в книгата „Велика дидактика“.

Принципът отразява значението на сетивността в познавателния процес. Същността му се състои в това, че всяко познание се основава на сетивния опит. Колкото по-добре се обезпечи ефективно сетивно възприемане на учебната информация, толкова по-точно и бързо тя ще бъде осмислена, разбрана и запаметена. **По своята същност това е обогатяване и разширяване на сетивния опит на обучаваните.**

##### Видове нагледност:

- **Естествена/предметно-образна нагледност:** непосредствено възприемане на процеси, явления, действия или движения. В спортното обучение това е непосредствено възприемане на определени технически и тактически действия. Например игра в „защита“ или игра в „нападение“; подаване на топката с две ръце отгоре или подаване на топката с две ръце от долу във волейбола; спиране с крак или дриблиране с топка; „хватки“ в борбата; работа с уред в художествената гимнастика и работа на отделни уреди в спортната гимнастика и много други, в зависимост от спецификата на спорта.
- **Словеснообразна нагледност:** съчетаване на зрителните сетивни възприятия със словесната информация; чрез използването на словото да се постигне по-

пълна образност и да се добият ярки представи за движенията/действията. Чрез нея се уточнява техниката и се предотвратяват грешки в изпълнението.

- **Условноизобразителна нагледност:** използване в тренировъчния процес на различни схеми, диаграми, графики, таблици, чертежи, снимки и др. За облекчаване на усвояването и **разбирането** на различни връзки и зависимости, които са необходими за формиране на необходимите понятия, двигателни умения и навици.
- **Динамична нагледност:** използване на съвременни технически средства за формиране на представи относно изпълнението на движенията, елементите, техниката на изпълнение и др.

## 2. Принцип за съзнателност и активност в обучението

Определя дейността на спортния педагог и на обучаваните спортисти. Необходимо е треньорът да въздейства на спортистите, за да могат те да разберат и осмислят необходимостта от съзнателно отношение по време на учебно-тренировъчния процес.

Същността на принципа се свързва с разбирането и осъзнаването на задачите за предстоящата работа; с това какъв е смисълът на тези задачи и усвояването на конкретните знания, умения и навици; с възникването на интерес у обучаваните. Това всъщност са задачи за решаване от спортния педагог.

*Съзнателността в обучението съдейства:*

- ✓ да се ускори и облекчи разбирането на учебния материал;
- ✓ за по-добра дисциплина и ангажираност в процеса на обучение;
- ✓ за готовност за проява на активност по време на спортните занимания;
- ✓ за формиране на нагласи и очаквания; на мотиви;
- ✓ за прояви на самостоятелност.

**Изисквания към спортния педагог:**

- ✓ да ръководи качествено тренировъчния процес;
- ✓ в началото на тренировката да разясни целите и задачите пред спортистите;
- ✓ да съумее да предизвика позитивни емоции;
- ✓ да съумее да мотивира спортистите за предстоящата дейност, особено когато предстои по-трудна или скучна тренировка или при наличие на някакъв дискомфорт у обучаваните;
- ✓ да създава навици за контрол и самоконтрол;
- ✓ да повишава активността на обучаваните.
- В педагогическата теория е прието схващането, че **съзнателността предполага активност** – съзнателното отношение на спортистите е свързано и с тяхната активност. Поради тази причина задачите на спортния педагог, които засягат подбуждане на съзнателността, целят повишаване активността на обучаваните. Те се активизират, когато спортният педагог осигури:
  - ✓ положителни подбуди за учене и тренировка;
  - ✓ положителни емоционални преживявания по време на тренировка, състезание, възстановяване и извън тях;
  - ✓ позитивен климат в тренировъчния процес – да има положителни взаимоотношения между спортен педагог и обучавани спортисти;
  - ✓ позитивен климат и от гледна точка на взаимоотношенията между спортистите;
  - ✓ съвременни технически средства за обучение и интересни дидактически материали.

### 3. Принцип за достъпност в обучението

Достъпно е това обучение, което е съобразено с възрастовите, индивидуалните и моментните особености и възможности на обучаваните.

За да се осигури достъпност в обучението, е необходимо спортният педагог да прецизира съдържанието, методите и средствата за обучение, както и изискванията към обучаваните (напр. брой повторения) и др.

Важно е обучението да протича при оптимално напрежение на силите от страна на обучаваните, да не бъде нито много лесно (губи се интерес), нито много трудно – води до отказване.

Необходимо е спортният педагог да се съобразява с равнището на подготовка и степента на двигателно и познавателно развитие на обучаваните.

Достъпно е това обучение, при което обучаваните са в състояние да овладеят и изпълнят изискванията при определено напрежение на техните сили под ръководството на спортния педагог. Трудността в процеса на обучение (тренировъчния процес) се увеличава постепенно.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

Дидактически правила за достъпност („Златни“ правила на Коменски):

- от лекото към трудното – поставените задачи са с нарастваща трудност, но са изпълними и изискват известни усилия от страна на обучаваните;
- от известното към неизвестното – при изучаване на нови упражнения обучаваните да се опират на вече усвоените знания и двигателни умения;
- от простото към сложното.

### 4. Принцип за системност и последователност в обучението

Този принцип предполага:

- ✓ усвояването на знанията, уменията и навиците да се извършва в определена последователност на учебните програми (да се осигури постепенно повишаване и подобряване на двигателната култура и умения на обучаваните);
- ✓ добро планиране на учебно-тренировъчния процес;
- ✓ осъществяване на контрол на учебно-тренировъчния процес, като се използват контролни показатели, чието достигане е условие за преминаване към следващите учебни задачи, към нови физически упражнения.

**Системност:** усвояването на знанията, уменията и навиците се извършва в определена логическа връзка (всяко ново знание трябва да се овладява върху основата на вече усвоените знания. Макар че обучението се извършва на отделни учебни единици (теми, занятия, части), то не трябва да е разпокъсано, а да бъде обединено в цялостно познание за дадена област, да се очертаят връзките с други области на познанието).

За дидактическата системност от особено значение са познавателните проблеми, системният подход при формирането на педагогически понятия и при педагогически изследвания. Принципът се обуславя от целите на обучението и възпитанието, от особеностите на познавателните способности на учениците.

### 5. Принцип за индивидуален подход в обучението

Съобразяването с този принцип в спортнопедагогическата практика и учебно-тренировъчния процес означава да се отчитат индивидуалните особености на обучаваните. При обучението спортният педагог трябва да се съобразява с:

- ✓ особеностите в протичането на познавателните/мисловните процеси;
- ✓ интелектуалното равнище на обучаваните;
- ✓ достигнатото физическо развитие и ниво на развитие на двигателните качества; физическа дееспособност;
- ✓ достигнатото равнище на знанията и уменията;
- ✓ работоспособност;
- ✓ степен на самостоятелност;
- ✓ темп на напредване;
- ✓ характер на протичане на мисловните процес;
- ✓ отношение към дейността и др.

#### 6. Принцип за трайно овладяване на знанията, уменията и навиците

В обучението по даден спорт/спортна дисциплина е необходимо спортният педагог да се стреми спортистите да усвояват знанията, двигателните умения и навици задълбочено и трайно и да могат да ги възпроизвеждат и прилагат в различни ситуации. Има зависимост, че колкото по-добре са реализирани другите дидактически принципи в тренировъчния процес, толкова е по-голяма вероятността знанията, уменията и навиците да бъдат усвоени трайно. Принципът се реализира предимно чрез повторението.

#### Дидактически похвати за повторение, затвърдяване и прилагане на усвоените знания и умения:

- Изучаваният материал да се разделя на структурно-сислови части при повторенията.
- Изучаваният материал да се групира по нов начин.
- Изучаваният материал да не се повтаря механично, а е необходимо да се разнообразява дейността, като се включват въпроси, сравнения, анализ и др.
- Изучаваният материал да се повтаря, като спортният педагог включва разнообразни упражнения, да разнообразява организацията на дейността, да включва разнообразни средства и упражнения.
- Необходимо е спортният педагог да предвижда самостоятелна работа.
- С цел трайното овладяване на знанията, уменията и навиците е необходимо постоянно връщане към по-рано усвоените.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Принципът за трайно овладяване на знанията, уменията и навиците се реализира, като се планират и провеждат тренировки за затвърдяване и обобщение.
- За трайното овладяване на знанията, уменията и навиците роля играят и проверката и оценката.

#### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Дайте пример за приложението на принципа за нагледност в обучението по Вашия спорт.
2. Каква е връзката между принципа за нагледност в обучението и принципа за достъпност в обучението?

## ТЕМА 14. МЕТОДИ ЗА ОБУЧЕНИЕ – СЛОВЕСНИ, НАГЛЕДНИ И ПРАКТИЧЕСКИ. ПРИЛОЖЕНИЕ НА ДИДАКТИЧЕСКИТЕ МЕТОДИ В ДЕЙНОСТТА НА СПОРТНИЯ ПЕДАГОГ

### Основни понятия:

- ✓ Словесни методи
- ✓ Нагледни методи
- ✓ Практически методи
- ✓ Сетивни органи/анализатори

В реализирането на правилен от педагогическа гледна точка тренировъчен процес значение имат и **методите за обучение**. Това са начините, по които се обучава. Основно се прилагат за овладяване на техниката и тактиката в различните спортове и спортни дисциплини, за развитие на двигателните качества и в теоретичното обучение, свързано с овладяването на знания за спорта и спортната дисциплина, знания за техниката и тактиката, правилознание и др.

В педагогическата теория е утвърдено обособяването на три групи методи за обучение: словесни, нагледни и практически методи.

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Словесни методи

Условно ги разделяме на три групи (фиг. 1): монологични, диалогични и работа с литературен източник.



Фиг. 10. Словесни методи за обучение

Характерно за тази група методи е, че при приложението им обучаващият използва своето слово, а обучаваните възприемат новата учебна информация чрез слуховия си анализатор. Изключение прави методът „работа с литературен източник“, при който обучаваните възприемат новата учебна информация чрез зрителния анализатор. В този случай за целите на обучението се използва писменото слово.

Изложението на спортния педагог е словесен начин или **метод за обучение**. Той обучава, като използва своето слово.

В спортнопедагогическата практика словесните методи за обучение се прилагат за възприемане на учебния материал (начално разучаване), за задълбочаване на знанията (задълбочено разучаване), за затвърждаване на знанията, уменията и навиците, за стимулиране на познавателната дейност (виж тема 4 от раздел II).

Разновидности на изложението са разказът, обяснението и лекцията. Условно можем да ги наречем **монологични** методи за обучение. От тях с най-голямо приложение в спортнопедагогическата практика е **обяснението**. Прилага се във

всички етапи от процеса на обучение. Чрез него се изясняват поставените задачи и спортният педагог непрекъснато се интересува доколко са го разбрали обучаваните и дали и какви трудности срещат.



Беседата и дискусиата са **диалогични** начини на учебна работа. Характерно за **беседата** е, че се поставят въпроси, на които се отговаря.

*Изискване за прилагането на метода в спортнопедагогическата практика:* наличие у обучаваните на определен обем знания, за да могат да участват в обсъждането и да формулират обобщения и изводи. Важно е въпросите да бъдат предварително добре премислени. Беседата като метод за обучение може да се прилага самостоятелно, но е възможно да бъде включена в разказа или лекцията. Като цяло беседата въвлеча обучаваните в активна мисловна и познавателна дейност. Включването ѝ в обучението развива мисленето, развиват се умения за бърз отговор и ясно изразяване на мисълта.

**Дискусия:** организиран обмен на мнения. Важно е спортният педагог да съумее да въвлече всички в активни взаимодействия и всеки участник да съумее да отстоява своята собствена гледна точка.

#### **АКЦЕНТИ \*\*\***

- **Работа с литературен източник** (учебник, книга, сборник и др.): обучаваните се подпомагат да възприемат нови знания, да ги систематизират, да ги затвърдяват, да формират умения и навици за интелектуална работа.
- **Разказ** – намира приложение в спортнопедагогическата практика. Често тренировъчната дейност е лимитирана във времето, но от педагогическото майсторство на спортния педагог зависи прилагането на метода. Какво може да се разказва? Например: историята на спорта; за известни имена от българския и световния спорт; какво се случва с организма по време на спортна дейност; защо при продължително бягане може да се появи болка в дясно и много други.

## **2. Нагледни методи**

Характерно за тази група методи е, че обучаваните възприемат новата учебна информация посредством зрителния си анализатор. Чрез прилагането на **демонстрацията, наблюдението** и **моделирането** като нагледни методи за обучение обучаваните добиват по-пълна представа за движенията.

- **Демонстрация**

В спортнопедагогическата практика този метод намира голямо приложение. Демонстрацията е показване на движения, упражнения. Основно се прилага за показване/демонстриране на техниката на изпълнение, но се използва и за демонстриране на тактически действия. Често се придружава с обяснение. Целта е обучаваните да добият по-пълна представа за изучаваното движение/упражнение и в каква последователност се изпълняват неговите елементи.

- **Наблюдение:** с прилагането на този метод в учебно-спортната дейност обучаваните са в активна познавателна позиция и изпълняват познавателна дейност. Методът се извършва под ръководството и указанията на спортния педагог. Напр. обучаваните наблюдават тренировка на по-добри състезатели от тях или наблюдават състезание (присъствено, по телевизията или излъчвано онлайн) самостоятелно или придружени от треньора. *Дидактически изисквания към прилагането на метода:* да се дават инструкции какво точно да се наблюдава; да се насочва вниманието на обучаваните към вече изучавани неща с цел да видят как професионалните спортисти изпълняват дадена техника на изпълнение или кога, в кой момент включват тази техника по време на игра и др. Като резултат от наблюдението обучаваните трябва да могат да сравняват, анализират, разграничават и да се подпомогне правилното изпълнение.
- **Моделиране:** този метод намира голямо приложение в учебно-тренировъчния процес. Основно се използва при изучаването на техниката на изпълнение и при изучаване на различни тактически действия. Прилага се при началното изучаване, при задълбоченото изучаване и усъвършенстването, както и при работата за развитие на двигателни качества.



- На снимката е показана зала по гимнастика – с цел по-доброто изучаване и изпълнение на упражненията на греда, както и преодоляване на страха, физическите упражнения първо се изпълняват на най-ниската греда, после на средната и след като спортистът придобие увереност, ги изпълнява на най-високата греда. Този метод зависи от

спецификата на спорта и спортната дисциплина. Включването му в учебно-спортната дейност е признак на педагогическо майсторство от страна на треньора.

### 3. Практически методи

Целта на прилагане на тази група методи от страна на спортния педагог в учебно-тренировъчната дейност е изграждането на практически умения и навици.

**Видове практически методи:** упражнения (като брой повторения); игрови метод; интерактивни методи; инструктаж, лабораторна работа и др.

С най-голямо приложение (всекидневно) в тренировъчния процес е **упражнението**. Включването му в тренировъчния процес е с цел както за начално разучаване, така и за задълбочено разучаване и усъвършенстване; за формиране на умения и навици и за развитие на творческите способности на обучаваните.

- ✓ **Упражнение:** има се предвид съзнателно повторение на определени движения, действия или задачи с цел да се формират умения и навици. Упражненията се извършват под ръководството на спортния педагог. Той подпомага, коригира и насърчава обучаваните.



#### Видове упражнения:

- ✓ упражнения по образец;
- ✓ коментирани упражнения – дават се насоки, коментари и обяснения;
- ✓ вариативни упражнения – те са усложнени (чрез промяна на условията за изпълнение или броя повторения);
- ✓ творчески упражнения – с предварително зададени параметри, обучаваните самостоятелно трябва да изпълнят дадена задача.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Важно е спортният педагог да подпомогне обучаваните, за да могат те да осъзнаят целта на упражненията.
- Важно е упражненията да бъдат подредени по трудност и логика, да има последователност при тяхното изпълнение (принцип за системност и последователност в обучението).
- Важно е резултатите от упражненията да бъдат анализирани.

#### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Дайте пример за приложението на разказа и лекцията в спортнопедагогическата практика.
2. Дайте примери за моделиране конкретно във Вашия спорт.

## ТЕМА 15. КОНТРОЛ И ОЦЕНКА НА ЗНАНИЯТА, УМЕНИЯТА И НАВИЦИТЕ

Изпитите, изпитването, контролът и оценяването на усвоените знания, двигателни умения и навици имат голямо значение за формирането на редица компетенции. Чрез тях се формират компоненти на самосъзнанието и критерии за самооценка. Тази проблематика се изучава от доцимологията, чийто основоположник е **Анри Пиерон**.

**ДОЦИМОЛОГИЯ** – това е самостоятелна научна област или самостоятелно научно направление, което се занимава и разглежда изпитите, изпитването и начините на оценяване; проявите на субективизъм при оценяването, а също така и възможностите, които могат да осигурят по-голяма обективност на оценката.

### Основни понятия:

- ✓ *Контрол*
- ✓ *Проверка*
- ✓ *Оценяване*
- ✓ *Оценка*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност на контрола и проверката

Контролът и проверката са неразделна част от тренировъчния процес. Чрез включването им в учебно-тенировъчния процес спортният педагог събира информация за състоянието на спортистите, за напредъка и качеството на усвоените знания, двигателни умения и навици, за способността на обучаваните да усвоят предвидения материал. Контролът и проверката имат важна диагностична стойност. И тъй като диагнозата е тясно свързана с прогнозата, може да се обобщи, че контролът и проверката имат прогностична стойност.

#### **Функции на контрола и проверката:**

- ✓ дидактическа;
- ✓ контролно осведомителна;
- ✓ възпитателна;
- ✓ диагностична и прогностична;
- ✓ регулираща и селективна;
- ✓ стимулираща.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

Резултатите от обучението, вкл. и спортното обучение, са насочени както към настоящата, така и към бъдещата учебно-тенировъчна дейност на обучаваните. Диагностиката по време на осъществяване на контрол/проверка е свързана с определянето на моментното състояние на знанията и уменията на обучаваните.

- **Видове контрол:** предварителен, текущ и заключителен. Според друга класификация контролът и проверката зависят от формата за осъществяване и времето на провеждане (фиг. 2). Контролът може да бъде спортнопедагогически (спортно-техничен) и медицински.



Фиг. 11. Видове проверка

#### Дидактически изисквания към контрола и проверката:

- ✓ да бъдат системни (да се извършват редовно от страна на спортния педагог;
- ✓ да бъдат всеобхватни;
- ✓ да имат индивидуална насоченост и да се отчитат индивидуалните особености на обучаваните.

#### Обект на контрол и проверка (какво се проверява):

- ✓ овладяването на техниката и тактиката;
- ✓ нивото на усвоени знания;
- ✓ активността на обучаваните;
- ✓ уменията за приложение на овладените двигателни умения и навици в практиката;
- ✓ нивото на развитие на двигателните качества и др.

## 2. Същност на оценката и оценяването

Процесът на оценяване на обучаваните е въз основа на осъществявани текущи, периодични и заключителни проверки. От педагогическа гледна точка е важно оценяването и поставените оценъчни бележки да бъдат обективни, валидни, надеждни, диференцирани и обосновани.

#### Показатели за оценяване:

- ✓ обем на овладените знания, умения, навици и компетенции;
- ✓ системност на знанията и уменията;
- ✓ задълбоченост на знанията.

Оценката като краен резултат/продукт на оценяването има редица **функции**:

- ✓ диагностична;
- ✓ информативна;
- ✓ мотивационна и стимулираща;
- ✓ формираща (умения за самоконтрол);
- ✓ прогностична;
- ✓ селективна;
- ✓ възпитателна.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Дайте примери за контрол и проверка в спорта (конкретно за Вашия спорт).
2. Как Вашият треньор извършва оценка на дейността Ви? Как Ви оценява, по какъв начин?

## ТЕМА 16. СИСТЕМИ ЗА ОРГАНИЗАЦИЯ НА ОБУЧЕНИЕТО. ХАРАКТЕРИСТИКИ НА КЛАСНО-УРОЧНАТА СИСТЕМА НА ОБУЧЕНИЕ

### Основни понятия:

- ✓ Система за организация на обучението
- ✓ Индивидуална система за организация на обучението
- ✓ Мониторна система за организация на обучението
- ✓ Класно-урочна система за организация на обучението

Класическите системи за организация на обучението са: индивидуална, мониторна и класно-урочна. Разликите между тях се състоят в спецификите на общуването между учителя и учениците, броя на обучаваните, организацията на процеса на обучение.

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Индивидуална система за организация на обучението

Индивидуалната система за организация на обучението поставя основите на организираното обучение (на обучението като дейност). Тя е най-рано появилата – още през Античността. Дълго време е била доминираща. *Характеристики:* липсвали са учебни планове, учебни програми и учебници. Учителят е работил индивидуално с всеки ученик и се е съобразявал с индивидуалните му особености. Икономически е неизгодна.

#### 2. Колективно-мониторна система

Прилагана е в редица държави в Западна Европа. В България се е прилагала и е известна като **взаимоучителна метода**. Особенности: един учител е обучавал много ученици (може и 300–400). Учителят работи само с по-напредналите, а те работят с останалите – на всеки 10 ученици е определян „**монитор**“ и оттам произлиза това наименование **мониторна** или **колективно-мониторна система**. Не е имало обособени класове. Обемът и качеството на знанията са били крайно елементарни.

Тази система е известна още и като „**Бел-Ланкастърска**“ (по името на свещеника Андрю Бел и учителя Джоузеф Ланкастър, които независимо един от друг я използват в учителската си дейност в Англия).

### АКЦЕНТИ \*\*\*

Индивидуалната **форма** за обучение намира приложение днес особено в спортните среди – и в спортното обучение (по време на тренировка), и в обучението на спортистите в учебни заведения (училище и университет).

#### 3. Класно-урочна система за обучение:

Цялостното обосноваване на класно-урочната система е дело на чешкия педагог Ян Амос Коменски. Той доказва предимствата ѝ, подчертава и настоява да бъде внедрена в училищата.

#### Особености:

- ✓ учениците са обединени в класове – всички са на една и съща възраст и с приблизително еднакво равнище на подготовка;
- ✓ обучението се осъществява по отделни учебни предмети и основната форма за организация на обучението е урокът. По време на урок учителят преподава, а учениците усвояват учебния материал;

- ✓ класът е съставен от 30–40 ученици;
- ✓ съдържанието на обучението е регламентирано с учебни планове и учебни програми;
- ✓ обучението се извършва по отделни учебни предмети;
- ✓ учебното време е разпределено по срокове;
- ✓ всеки клас има своя класна стая;
- ✓ началото и края на учебния час се известяват чрез сигнал;
- ✓ между учебните часове има междучасия с фиксирана продължителност;
- ✓ учебните часове са определен брой в рамките на един учебен ден (варира между 4 и 6);
- ✓ за една седмица се провеждат уроци по всички учебни дисциплини;
- ✓ фиксирани са началото и края на учебната година;
- ✓ ваканциите също са регламентираны;
- ✓ обучението по отделните предмети се осъществява с помощта на учебници (в днешни дни учебниците са официални държавни документи).

**Предимства:**

- ✓ икономически е ефективна;
- ✓ ограничен брой учители обучават ефективно голям брой ученици;
- ✓ осигурява възможност за съвместен училищен живот и за социализация на учениците;
- ✓ обучението има развиващ характер и др.

**Недостатъци:**

- обикновено от липса на внимание от страна на учителя „страдат“ най-силните и най-слабите ученици.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Посочете предимствата и недостатъците на индивидуалната, мониторингата и класно-урочната система на обучение.

## ТЕМА 17. УРОКЪТ/ТРЕНИРОВКАТА КАТО ФОРМА ЗА ОРГАНИЗАЦИЯ НА ОБУЧЕНИЕТО – ИЗИСКВАНИЯ, ПОДГОТОВКА И ПРОВЕЖДАНЕ. СТРУКТУРА НА УРОКА/ТРЕНИРОВКАТА

*Урокът е основна форма на обучение (когато процесът на обучение се реализира в училище), а тренировката е основна форма за спортно обучение/обучение по вид спорт (процесът на обучение се реализира в тренировъчната зала, стадион, физкултурен салон, басейн, писта и др.). Урокът/тенировката са занятия, ръководени от учителя/треньора. Характерно за тях е, че са с постоянен състав от ученици/спортисти. Протичат в рамките на определено време. По време на урок/тенировка се решават учебно-възпитателни задачи.*

### Основни понятия:

- ✓ Форма
- ✓ Организация
- ✓ Организационна форма
- ✓ Дейност
- ✓ Урок/тенировка

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Педагогически специфики на урока/тенировката

Урокът се подготвя от учителя и се реализира съвместно с учениците. Тенировката се подготвя от треньора (спортния педагог) и се реализира съвместно със спортистите. Качеството на процеса на обучение по време на урока/тенировката зависи от педагога.

Поради тази причина е необходимо те да бъдат методически добре разработени (подготовка) и реализирани.

Основна специфична особеност на урока по ФВС и тренировката по вид спорт е, че те протичат при активна двигателна дейност от страна на обучаваните – ученици/спортисти.

Урокът и тренировката решават образователни, възпитателни и оздравителни задачи.

#### 1. Основни изисквания към урока/тенировката:

- Да имат ясна и точна цел.
- Да имат добре формулирани задачи – образователни и възпитателни цели.
- Да се предоставя конкретно и достъпно учебно съдържание.
- Да има правилен подбор и приложение на методите за обучение.
- Да има добра организация и правилно и равномерно разпределение на дейностите; да има връзка между тях.
- Да има добра плътност.
- Да има своевременно и регулярен контрол от страна на педагога.
- Да се спазва добра дисциплина от страна на учениците/спортистите.
- Да се създаде ведра и наситена с позитивни емоции обстановка.
- Да се осигури добро материално-техническо осигуряване.

#### 2. Подготовка и провеждане на урока

За да бъдат изпълнени изискванията към урока и да се осъществи качествено обучение, е необходимо педагогът/спортният педагог да осъществи добра подготовка за предстоящата учебна дейност. Тя бива **предварителна** и **непосредствена** подготовка за урока/тенировката.

Провеждането на урока/тренировката е свързано със съблюдаването на дидактическите принципи и на тяхната основа използването на методите за обучение.

- Уроците/тренировките биват: за усвояване на нови знания; за затвърдяване на знанията и за формиране на умения и навици; за обобщаване и систематизиране на знанията; за проверка и оценка на знанията, уменията и навиците. В практиката се провеждат и комбинирани/смесени уроци/тренировки.

#### **Структура на урока/тренировката:**

- ✓ ясна цел;
- ✓ точно и ясно поставяне на задачите;
- ✓ даване на насоки за работа;
- ✓ системен контрол;
- ✓ помощ за коригиране на евентуални грешки.

### **ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА**

Посочете приликите и разликите между урока по физическо възпитание и спорт и спортната тренировка.

## ТЕМА 18. АЛТЕРНАТИВНИ ПОДХОДИ В ПРОЦЕСА НА ОБУЧЕНИЕ – ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ, ДИФЕРЕНЦИАЦИЯ, ПРОБЛЕМНО ОБУЧЕНИЕ. САМОСТОЯТЕЛНА РАБОТА

### Основни понятия:

- ✓ Индивидуализация
- ✓ Диференциация
- ✓ Проблемно обучение
- ✓ Самостоятелна работа

*В детско-юношеската възраст обикновено спортното обучение се осъществява групово, колективно. Без значение дали се провежда тренировъчен процес в колективен или индивидуален спорт, вкл. двуборствата, всички спортуващи (обучавани) тренират едновременно (с изключение на индивидуалните тренировки). При тази ситуация на едно място са събрани хора, които притежават различни качества, налице са големи индивидуални особености. Те се отнасят до компонентите на познавателната дейност (възприемане и възпроизвеждане; наблюдателност; мислене; внимание; памет – слухова, зрителна, двигателна и нейните качества като бързина, точност и трайност; въображение) и чувствата; ценностите, нагласите; волята и др. Тези индивидуални различия от своя страна оказват влияние върху динамиката при усвояването на нови знания, умения и навици и качеството на процеса на обучение. Предвид тези индивидуални различия, в педагогическата теория се разглежда въпросът за алтернативните подходи в процеса на обучение и самостоятелната работа на обучаваните, с цел оптимизиране на обучението и повишаване на качеството му. Те са валидни и намират приложение и в спортнопедагогическата практика.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Индивидуализация и диференциация на процеса на обучение

**Същност на индивидуализацията:** организация на дейността, която се съобразява с индивидуалните особености на всички обучавани (не само с най-добрите или с изоставащите). Това предполага спортният педагог да познава добре:

- ✓ спортистите с техните индивидуални особености и да стимулира развитието на способностите им и
- ✓ различни форми, методи и средства за развитието на техния потенциал.

За да се реализира индивидуализация на процеса на обучение, е необходимо спортният педагог да съблюдава принципа за индивидуален подход в обучението и да прилага различни методи (за обучение и възпитание) и средства в учебно-тренировъчния процес. Формите за обучение и учебното съдържание също могат да бъдат съобразени с индивидуалните особености на обучаваните (спортистите).

Индивидуализацията в процеса на обучение е тъждествена на **диференциацията**. Обучението е диференцирано (**диференцирано обучение**), а процесът на обучение е **диференциран**.

Диференциацията на обучението и индивидуализацията на обучението взаимно се допълват.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

В педагогическата теория диференциацията се използва в две значение и е важно да не се бъркат. Едното от тях е диференциацията като процес на обособяване на отделни педагогически дисциплини/дялове/раздели, които изучават по-детайлно конкретните педагогически явления (обучението и възпитанието). Разделите на науката педагогика са: обща педагогика, дидактика, теория на възпитанието и история на педагогиката.

Другото значение на диференциацията е разграничаването на обучаваните в процеса на обучение, отделянето им от цялото или – индивидуализация.

*Инструментариум за реализиране на индивидуализация и диференцирано обучение:*

- ✓ провеждане на индивидуални занимания;
- ✓ провеждане на индивидуално консултиране;
- ✓ възлагане на специфични и индивидуални задачи за самоподготовка според индивидуалните нужди и потребности на обучаваните.

### 1. Проблемно обучение

В педагогическата литература проблемното обучение може да се срещне и като: проблемност в процеса на обучение; развиващо обучение и проблемно-развиващо обучение; дидактическа проблемност.

#### Същност:

- Проблемното обучение е комплекс от дейности (формулиране на проблем, организиране на проблемна ситуация, оказване на помощ на обучаваните в решаването на проблема и проверка на решенията).
- Проблемното обучение е системно включване на обучаваните в процеса на решаване на проблемни задачи с практически и познавателен характер, като при решаването им обучаваните се опират на вече овладени знания и умения, които са предвидени по учебна програма.
- Проблемно обучение – за самостоятелно решаване на достъпни за обучаваните проблеми. В резултат на което се мобилизират интелектуалните възможности на обучаваните, както и за разнообразяване на процеса на обучение.

Прилагането на проблемното обучение в учебно-тренировъчния процес поставя задача пред спортния педагог да ръководи систематизирането и затвърдяването на новите знания в резултат от прилагането му.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Свързани понятия: проблем (проблемен въпрос); проблемна ситуация; проблемна (познавателна или проблемно-познавателна) задача.
- Думата „**проблем**“ е с гръцки произход и означава: въпрос, на който е необходимо да се даде отговор, или задача, която трябва да се реши.
- *Дидактическа проблемност*: тя е за учебни цели, за овладяване и усъвършенстване на знания и опит, могат да се решават реални или теоретични задачи.
- Прилагането на проблемно обучение в практиката поставя обучаваните в активна познавателна позиция, те не са пасивен консуматор на знания. Придобиват се знания и умения чрез собствените им познавателни търсения и усвояват готови научни изводи в областта на спортната тренировка.

Проблемното обучение не може да бъде универсално, често прилагано в тренировъчния процес и преобладаващо. Подходящо е да се използва за формиране у обучаваните на готовност и умения за творческа дейност.

В процеса на творческото решаване на проблема/проблемната задача обучаваните в определена степен осъществяват творческо усвояване на знанията, уменията и навиците; овладяват опит за творческа дейност. Важно е поставените проблемни задачи да бъдат достъпни за решаване от обучаваните, а следващите поставени проблемни задачи да бъдат с нарастваща сложност (преговорете си Принципа за достъпност в обучението). В спортнопедагогическата практика се прилага в игрови условия/игрови ситуации (напр. за прилагане на практика на по-рано усвоени технически или тактически елементи; за проверка на степента на усвояването им по време на игра и др.).

Проблемното обучение е в тясна връзка със **самостоятелността** в обучението – самостоятелна изследователска дейност.

## 2. Самостоятелна работа на обучаваните

Според дидактическата цел самостоятелната работа на обучаваните/спортистите се прилага за:

- ✓ подготовка за придобиване на нови знания;
- ✓ усвояване/овладяване на нови знания, умения и навици;
- ✓ затвърдяване, усъвършенстване и обогатяване на знанията, уменията и навиците;
- ✓ преговор;
- ✓ проверка на овладените/усвоените знания, умения и навици.

### Видове самостоятелна работа:

- Според организацията на дейността е обща (обхваща всички обучавани); групова и индивидуална.
- Според източника на знания и методите за обучение: работа с литературен източник (книга, учебник, справочна литература, правилници и др.); провеждане на наблюдения.
- Според времето и мястото на провеждане: по време на тренировка и в домашни условия.
- Според начина на проверка на нейното изпълнение: устна, писмена и практическа.
- Самостоятелната работа може да бъде творческа: обучаваните самостоятелно създават нещо ново на база предишни знания, опит, въображение и активно мислене.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

Посочете каква е дидактическата ценност на самостоятелната работа на обучаваните/спортистите в процеса на обучение. Дайте примери за самостоятелна работа.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Андреев, М. Процесът на обучението. УИ „Св. Кл. Охридски“, София, 2002.
2. Бижков, Г., В. Краевски. Методология и методи на педагогическите изследвания. УИ „Св. Кл. Охридски“, София, 2007.
3. Владова, И. Мултикултурализъм. Олимпизъм. Образование. НСА Прес, София, 2018.
4. Милева, Е. Педагогика на физическото възпитание и спорта. Второ преработено и допълнено издание. Авангард Прима, София, 2020.
5. Милева, Е. Теоретични и приложни аспекти на педагогиката на физическото възпитание и спорта. Авангард Прима, София, 2014.
6. Панайотова, Л. Педагогика - първи свитък дидактика (учебник за студентите от НСА). София, 1993.
7. Педагогика. Втора част: Теория на обучението. Дидактика (под научното ръководство на доц. д-р Т. Попов). „Типографика“ ООД, София, 2005.
8. Ценева, Е. Спортна педагогика. Информа, София, 1998.
9. Ценева, Е. Спортната тренировка като педагогически процес. В: Ръководство по теория на професиите в спортните училища (IX – XII клас). Първа част. София, 2015, с. 232-250
10. Чавдарова-Костова, С., В. Делибалтова, Б. Господинов. Педагогика. УИ „Св. Кл. Охридски“, София, 2008.
11. Закон за предучилищното и училищното образование (<https://web.mon.bg/bg/57>)
12. <https://pedagogy-bg.blogspot.com/2020/01/the-problem.html>

## XII КЛАС

### РАЗДЕЛ I. ТЕОРЕТИЧНИ ОСНОВИ НА ВЪЗПИТАНИЕТО

*В резултат от развитието на науката ПЕДАГОГИКА и разширяването и обогатяването на теоретичното ѝ познание се реализира процес на **диференциация и специализация**. Вследствие на това се обособяват отделните раздели на науката. В тях по-детайлно се разглежда педагогическата проблематика. Разделът, в който подробно се разглеждат обучението и всичко, свързано с него, се нарича „Дидактика“ или „Теория на обучението“. Другият важен педагогически процес – процесът на възпитание, се разглежда от раздел „Теория на възпитанието“.*

#### ТЕМА 1. ТЕОРИЯ НА ВЪЗПИТАНИЕТО

##### Основни понятия:

- ✓ Възпитание
- ✓ Педагогически категории
- ✓ Възпитателна дейност

##### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

##### 1. Същност

Теория на възпитанието най-общо може да бъде определена като основен дял/раздел на науката педагогика. Някои автори я разглеждат и като относително самостоятелно научно направление и съответна учебна дисциплина в някои педагогически висши училища.

Теория на възпитанието е резултат от развитието и диференциацията на научното педагогическо познание (науката педагогика). Без значение как се разглежда – като раздел или научно направление, теория на възпитанието изучава и разглежда явлението и процеса „възпитание“ и всичко свързано с него.

##### 2. Предмет на изследване

- **Предметът на изследване на Теория на възпитанието е:**
  - ✓ основните идеи и обществената практика в областта на възпитанието;
  - ✓ закономерностите на организацията на възпитателната дейност;
  - ✓ реализирането на възпитателните въздействия;
  - ✓ насоките на възпитателния процес и др.

##### 3. Понятия и категории на Теория на възпитанието:

- **Основни категории на Теория на възпитанието:**
  - ✓ възпитание (възпитанието в широк социален смисъл на думата и възпитанието в тесен (в конкретно педагогически) смисъл на думата);
  - ✓ развитие;
  - ✓ социализация;
  - ✓ енкултурация/инкултурация.
- **Други основни понятия, които имат непосредствено отношение към Теория на възпитанието:**
  - ✓ възпитателен процес;
  - ✓ възпитателен метод/метод за възпитание;
  - ✓ възпитателна дейност – това е педагогическа дейност, която протича в условията на възпитателния процес. Налице е възпитателно взаимодействие (между треньор и спортисти);
  - ✓ възпитателно влияние;
  - ✓ възпитаност; възпитателен облик и др.

##### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Посочете приликите и разликите между Теория на обучението и Теория на възпитанието.

## ТЕМА 2. ВЪЗПИТАТЕЛЕН ПРОЦЕС

### Основни понятия:

- ✓ Процес
- ✓ Възпитание
- ✓ Възпитателен процес

*В педагогическата теория и практика възпитанието се разглежда като явление, процес и дейност. Теоретично, възпитанието се разглежда в тесен и в широк смисъл на думата. Без значение от аспекта на разглеждане, за възпитанието е характерно, че има множество дефиниции.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Дефиниции

- Възпитанието е съзнателна и целенасочена дейност на обществото и неговите институции за формиране и развитие на личността на възпитаника съобразно целите на дадения исторически етап.
- Възпитанието е един от основните фактори, чрез които се формира личността през различните ѝ възрастови периоди, особено през детската и юношеската възраст.
- Възпитанието е целенасочено, системно въздействие на обществото върху индивида и неговата психика с цел правилното формиране на човешката личност, както и нейното усъвършенстване.
- Възпитанието е процес и дейност за:
  - ✓ формирането и развитието на човешката личност;
  - ✓ изграждането на нейните потребности, мотиви, желания, стремежи, интереси, идеали, ценностни ориентации, убеждения и отношения към действителността;
  - ✓ развитието на определени и желани (от обществото, от възпитателите) личностни качества.

#### 2. Възпитателен процес – същност и особености

- Възпитателният процес е процес на предаване на обществено-историческия опит от по-старите поколения на по-младите поколения. По този начин възпитаниците се подготвят за живота и същевременно се осъществява развитие на обществото. Следователно **възпитанието е основен фактор за развитието на обществото.**
- Възпитателният процес е съзнателен, целенасочен, специално организиран и ръководен от спортния педагог процес за осъществяване на въздействия върху личността на спортиста с цел да се развият нейните способности и да се формират комплекс от личностни качества, включително и на модели на поведение, социално приемлива ценностна система, на нагласи, възгледи, убеждения, вкусове и др.
- Възпитателният процес се реализира в системата на учебно-възпитателните институции, вкл. и в спортните клубове и отбори.
- Реализирането на възпитателния процес е свързано с решаване на конкретна възпитателна задача – напр. да се формират определени личностни качества у възпитаника.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Понятието **процес** означава придвижване; ход на някакво явление; стадий на развитие; съвкупност от последователни действия за постигане на даден резултат.
- Възпитателният процес е целенасочен педагогически процес – това е организация на педагогическата дейност и взаимоотношения.
- Възпитаността е комплексно свойство/характеристика на личността. Това е резултатът от осъществяваните възпитателни въздействия – формираните качества, потребности, мислене, поведение и др. Терминът може да се използва и като ниво на възпитаност или достигнато ниво на възпитаност или равнище, степен на възпитаност.

### 3. Характеристики на възпитателния процес

Възпитателния процес е:

- ✓ продължителен процес;
- ✓ сложен процес;
- ✓ отговорен процес;
- ✓ противоречив процес;
- ✓ неравномерен процес.

### 4. Структура на възпитателния процес

В структурата на възпитателния процес са включени: целта, задачите, съдържанието, средствата, методите, резултатите от възпитателната дейност (достигнатото ниво на възпитаност), етапите на възпитание.

Етапите, през които се преминава при реализирането на възпитателната дейност, са условни и с различна продължителност:

- Етап на усвояване на знания от различни области. Например от областта на етиката – ще се реализира нравствено възпитание; от областта на естетиката – ще се реализира естетическо възпитание; знания за правилата и нормите за приемливо поведение и др.
- На базата на усвоените знания е необходимо да се формират убеждения – условен втори етап.
- Убежденията са в основата на формирането на редица навици за съответното поведение – това е третият етап.

В съдържанието на възпитанието са включени насоките на възпитателния процес. Те са разгледани подробно в следващия раздел.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. След като разберете и усвоите какво е това възпитание/възпитателен процес, се опитайте да го дефинирате със собствени думи.
2. Как разбирате дефиницията: „Възпитанието е съзнателна и целенасочена дейност на обществото и неговите институции за формиране и развитие на личността на възпитаника съобразно целите на дадения исторически етап“?, и по-конкретно:
  - Кои са институциите, в които се осъществяват възпитателни въздействия?
  - Как обществото осъществява възпитателни въздействия?
  - И какво означава, как разбирате условието „съобразно целите на дадения исторически етап“? Жокер: направете преговор на тема № 3 от Раздел I, разглеждани в XI клас: Историческо развитие на педагогиката.
3. Нивото на възпитаност константно ли е? Обосновете отговора си.

## ТЕМА 3. ПРИНЦИПИ НА ВЪЗПИТАНИЕТО

### Основни понятия:

- ✓ Принцип
- ✓ Възпитание

*В педагогическата теория са обособени няколко групи принципи – научно-педагогически изследователски принципи; принципи на обучението (дидактически принципи), които се изучават подробно в раздел „Дидактика“; принципи на възпитанието или принципи за възпитание, които се изучават и разглеждат в раздел „Теория на възпитанието“; принципи на образователната политика.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност

Възпитателните принципи или принципите на възпитанието са основните положения, които служат като ръководство за действие, за организацията и за осъществяването на възпитателния процес от страна на спортния педагог. Това са ръководните постановки, които определят кои възпитателни методи ще се прилагат в конкретна педагогическа/възпитателна ситуация. Върху тях се изгражда практическата възпитателна дейност. Те са фундаментът на възпитанието.

#### 2. Принципи на възпитанието

В педагогическата теория са приети следните принципи на възпитанието:

- ✓ принцип за проява на хуманизъм и хуманност във възпитанието;
- ✓ принцип за природосъобразност;
- ✓ принцип за индивидуален подход във възпитанието;
- ✓ принцип за позитивност във възпитанието;
- ✓ принцип за уважение на личността при осъществяване на възпитателните въздействия;
- ✓ принцип за доверие и подкрепа във възпитанието;
- ✓ принцип за възискателност към личността;
- ✓ принцип за единство на възпитателните въздействия;
- ✓ принцип за разнообразие на възпитателните въздействия;
- ✓ принцип за интеркултурност и зачитане на многообразието.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Кои от принципите намират голямо приложение в спортно-възпитателната дейност? Обосновете отговорите си.

## ТЕМА 4. МЕТОДИ ЗА ВЪЗПИТАНИЕ И ПРИЛОЖЕНИЕ В СПОРТНАТА ПРАКТИКА

Методите за възпитание са основните начини или способности, чрез които се постига целта на възпитанието и се решават задачите на насоките на възпитателния процес. Чрез прилагането им в учебно-тренировъчния процес се реализира и възпитателният процес. Следователно това са начините, по които се възпитава. Чрез методите за възпитание се въздейства върху съзнанието, чувствата, волята и поведението на личността за реализиране целите на възпитанието. Може да се каже, че това е педагогическият инструментариум за оказване на възпитателно въздействие от **възпитателя** на **възпитаника** и приложението им е съвкупността от действия за разрешаването на определена възпитателна задача.

В педагогическата теория и практика няма универсален възпитателен метод. Приложението на един или друг метод за възпитание зависи от: поставените цели и задачи; възрастовите и индивидуалните особености на възпитаваните, включително нивото им на възпитаност; конкретната педагогическа (възпитателна) ситуация; спорта и достигнатото ниво на спортиста, какви цели се преследват (в контекста на спортни успехи); време на възникване на възпитателната ситуация спрямо спортния календар; педагогическа компетентност и професионално-личностни качества на спортния педагог и др.

### Основни понятия:

- ✓ Убеждаване
- ✓ Убеждения
- ✓ Внушение
- ✓ Ниво на внушаемост
- ✓ Личен пример
- ✓ Поощрение
- ✓ Санкция

Методите за възпитание са видимото проявление на възпитателната дейност. Чрез тяхното приложение се дава отговор на въпроса: „Как всъщност се възпитава?“.

Методите за възпитание са видимото проявление на възпитателната дейност. Чрез тяхното приложение се дава отговор на въпроса: „Как всъщност се възпитава?“.

## СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

### 1. Убеждаване

Убеждаването е един от основните методи за възпитание.

**Същност:** съзнателно въздействие върху съзнанието, чувствата и волята на възпитаника за формиране и усъвършенстване на възгледи, убеждения, отношения, на личностните качества и моделите за поведение. Това означава да се постигне съгласие между позицията, мнението и желанието на спортния педагог и позицията, реакцията на възпитаника. Необходимо е възпитаникът да се съгласи с думите, аргументите и възгледите на своя треньор.

Методът може да се прилага както индивидуално, така и колективно, групово (на целия отбор).

Методът се основава на **доказателства** и **аргументи** – необходимо е спортният педагог да доказва и да се аргументира.

**Похвати** – **разясняване** (напр. на правила и норми на поведение) и **доказване**.

- **Изисквания** при използването на убеждаването като възпитателен метод, за да бъде максимално ефективен във възпитателната практика:



- ✓ необходимо е треньорът да бъде убеден в истинността и да демонстрира увереност относно това, в което иска да възпита спортистите;
- ✓ необходимо е осъществяваните въздействия и изисквания към възпитаниците да бъдат последователни, логични и съобразени с възрастовите и индивидуалните особености на спортистите;
- ✓ необходимо е при реализирането на метода да се използват доказателства и аргументи за конкретната ситуация;
- ✓ необходимо е съдържанието и формите на въздействие да съответстват на равнището на развитие на възпитаника, неговата възраст и индивидуални особености, спортен стаж, конкретната педагогическа/възпитателна ситуация и др.;
- ✓ необходимо е спортният педагог да бъде с голям авторитет.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- **Важно:** възпитателният метод се нарича **УБЕЖДАВАНЕ**, а чрез неговото прилагане (може и на другите възпитателни методи) във възпитателната практика е необходимо да се формират **УБЕЖДЕНИЯ** у възпитаниците.

## 2. Внушение (сугестия)

Методът намира приложение в спортната практика, основно по време на състезание или за реализиране на целите и задачите на волевото възпитание. Въздействието е върху психиката на възпитаника, без да се налага да се излагат аргументи и доказателства. Осъществява се по силата на подсъзнателни механизми и е ориентирано към възприятията, чувствата и мисловните процеси на възпитаника. Той възприема тези въздействия, без да се замисля и да ги подлага на анализ.

Методът се осъществява чрез вербални (кратки изречения, например: *Давай!*, *Ти можеш!*, *Не се отказвай!*, *Точно така, още малко!* и много други) и невербални средства (жестове и мимики). Цели се да се внуши увереност в собствените сили и възможности, да се „изкорени“ наличен страх, да не се допуска отказване поради умора, страх, липса на увереност, концентрация и много други ситуации от спортносъстезателната дейност.

Методът може да се прилага както индивидуално, така и колективно, групово (на целия отбор).

Установено е, че при различни състояния като умора, зависимост от други хора, прояви на страх и тревожност и др. хората са с повишено **ниво на внушаемост**. Именно в този момент спортният педагог трябва да се намеси, за да не се задълбочава състоянието, за да се постигне победа или да не се отказва спортистът от спортносъстезателна дейност и др. И обратно, когато възпитаникът се чувства добре, отпочинал е и не е напрегнат, тогава неговото ниво на внушаемост е ниско, следователно този метод не е подходящо да се използва и да не се разчита на него.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- ✓ **Важно:** понякога във възпитателната практика (и на ниво семейство, и на ниво спортен клуб) се използва: „*За нищо не ставаш!*“, „*Ти си кръгла нула*“, и най-различни други обиди. **Не го правете! Не внушавайте отрицателни качества! По този начин не се мотивират възпитаниците. Внушавайте им само положителни качества.**

### 3. Личен пример

Същността на метода се състои в подражанието и идентификацията с възпитателя/спортния педагог/родителя.

Поради тази причина те трябва да демонстрират пред възпитаниците безупречно поведение и обноски, както и да притежават и проявяват обществено значими и положителни личностни качества.

В определени възпитателни ситуации може да се прибегне до съзнателно демонстриране на определени начини на поведение с цел възпитаниците да подражават на спортния педагог.

Личният пример може да бъде и с отрицателно влияние. Поради тази причина е важно спортните педагози да се стараят да бъдат безупречни при общуването си със спортистите, за да могат да дават положителен личен пример.



### 4. Поощрение

**Същност:** *изразяване и показване на одобрение от страна на възпитателя по отношение поведението, изявата на определени личностни качества, достигането до определено ниво на развитие и постигането на успех в дадена сфера.*

Целта на прилагането на този метод във възпитателната практика е възпитаниците да бъдат стимулирани, за да се формира устойчив тип поведение и проява на по-нататъшни позитивни постъпки и работа за позитивно развитие. Проявените и поощрени позитивни прояви от страна на възпитаника е необходимо да бъдат формирани като трайни.

Прилагането на метода във възпитателната практика оказва възпитателен ефект спрямо всички участващи субекти, не само върху възпитаниците, които са поощрени: поощряваните прояви служат за образец и модел за поведение.

#### Видове и средства

Поощрението като възпитателен метод се реализира чрез **вербални** и **невербални** средства, следователно то може да бъде вербално и невербално.

**Вербално поощрение:** обикновено се използва **похвала**. В определени моменти и възпитателни ситуации похвалата може да бъде възприета и като вид награда от страна на възпитаника. Друг вид вербално поощрение е изказването на **одобрение**.

**Невербално поощрение:** в съчетание с вербалните, но и самостоятелно прилагани, намират голямо приложение в учебно-тренировъчната и спортносъстезателната дейност.

Невербалното поощрение се реализира чрез:

- изказване на одобрение посредством невербални средства за общуване – поглед, усмивка, жестове, мимики. Към невербалното поощрение спада и **наградата** в двете си форми – материална и морална (купа, медал, грамота, почетен гражданин и др.). Към тази група също спадат и погалването и прегръдката – **афективни**. Делегирането на правомощия също може да се използва като поощрение.

Във възпитателната практика с деца и подрастващи трябва да се подхожда внимателно с материалните награди. Също така някои биха предпочели да бъдат похвалени в присъствието на важни за тях хора (приятели, роднини и др.), вместо да получат материална награда.



#### **Възпитателни възможности на поощрението:**

- Затвърдява се позитивното поведение.
- Поощрението възпитаници изпитват чувство на удовлетворение, гордост, увереност.
- Увеличава се желанието за занимания с учене и спорт; подобряват се постиженията – методът е силен стимулатор на поведението и поради тази причина в педагогическата теория се класифицира като метод за стимулиране на поведението.
- Позитивните и стимулиращи въздействия на метода са валидни както за поощрените спортисти, така и за всички, които са станали свидетели какво или коя постъпка се поощрява.

#### **Изисквания за прилагането на метода:**

- Необходимо е възпитаникът да знае за какво точно е похвален.
- Поощрението трябва да бъде заслужено.
- Да се отчитат положените усилия.
- Да не се използва безразборно.
- Да не се използва материалното поощрение като вид „подкуп“ и манипулация на децата и младежите и др.

## **5. Санкция**

**Същност:** *изразяване на неодобрение под различна форма с цел да се коригира поведението или проявата на личностни качества на възпитаника.* Поради тази причина методът е известен в педагогическата теория като *метод за коригиране на поведението* на възпитаника.

Важно е, когато се прибегне до прилагането на санкция в спортнопедагогическата практика, възпитаникът да разбере къде и в какво греша, при необходимост да се предизвика чувство на неудовлетвореност, дори срам. Като резултат се очаква, че ще се постигне положителна промяна в поведението и в съзнанието на възпитаника.

За разлика от метода „поощрение“, санкцията е негативно ориентиран метод – в психологически план се изпитват негативни емоции.

- **Видове санкции** в спортнопедагогическата практика:

Санкцията има различни проявления. Вербалното може да бъде – устно, писмено, забележка, порицание, упрек, мъмрене и други.

- ✓ санкция – повторение;
  - ✓ санкция – лишение; „лишаване от ...“ или временно отстраняване от дейност, невключване в определена дейност и др.;
  - ✓ санкция – порицание от страна на педагога;
  - ✓ условна санкция – предупреждение за последващо наказание;
  - ✓ санкция с промяна на отношението – суров поглед, висок тон;
  - ✓ отнемане на правомощия и др.
- **Изисквания** за прилагането на метода:
    - ✓ прилагането на санкция трябва да бъде навременно;
    - ✓ прилагането на санкция трябва да съответства на провинението – в тази връзка е важно да се разбере и причината, довела до това провинение;
    - ✓ прилагането на санкция не бива да вреди на физическото и психическото здраве на възпитаника; да не се стига до унижаване и потъпкване на личното достойнство;
    - ✓ прилагането на санкция трябва да предизвиква у възпитаника размисъл относно грешната постъпка и др.

**Важно:** във възпитателната практика прилагането на метода санкция трябва да се използва като крайна мярка.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Направете анализ на възпитателната практика на Вашия треньор – използваните от него методи за възпитание били ли са подходящи или не. Обосновете отговорите си.

## ТЕМА 5. САМОВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ. МЕТОДИ ЗА САМОВЪЗПИТАНИЕ

### Основни понятия:

- ✓ Саморазвитие
- ✓ Саморегулиране
- ✓ Самоусъвършенстване
- ✓ Самооценка

*В основата на самовъзпитанието стои възпитанието. При съвременното развитие на обществото и в частност на спорта темата за самовъзпитанието е изключително актуална. За успеха в спортната дейност са важни възпитателните въздействия от страна на треньора и треньорския щаб, а също и способността за самоуправление и самоорганизиране, които са ключови.*

*Активното, съзнателно и доброволно участие във възпитателния процес и прерастването му в самовъзпитание са важна предпоставка за развитието, усъвършенстването и постигане на успехи от личността, включително и в спортната дейност. В тази връзка, важна задача, която стои за решаване от треньорите, е чрез осъществяваните възпитателни въздействия да се съдейства за самовъзпитанието на спортистите.*

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност

Самовъзпитанието е:

- *съзнателно и целенасочено саморазвитие и самоусъвършенстване на човека;*
- *съзнателна работа на личността върху себе си с цел да се формират определени личностни качества;*
- *висша форма на саморегулация и самоуправление на собственото поведение;*
- *проява на системни волеви усилия от страна на личността;*
- *духовно и физическо самоусъвършенстване и развитие на способностите;*
- *самостоятелно преодоляване на недостатъците.*

Самовъзпитанието е цялостен и индивидуален процес за формиране на определени личностни характеристики. Това е дейност на човека, която е насочена към усъвършенстване на собствената му личност.

Между възпитание и самовъзпитание връзката е много тясна. Те имат обща цел – хармонично развитие на личността. Самовъзпитанието се явява значим фактор за развитието на личността и за нейното формиране и усъвършенстване.

Процесът на самовъзпитание започва в резултат на съзнателен избор на личността. Характерно за него е, че външно може да се провокира, да се стимулира, но не и да се контролира.

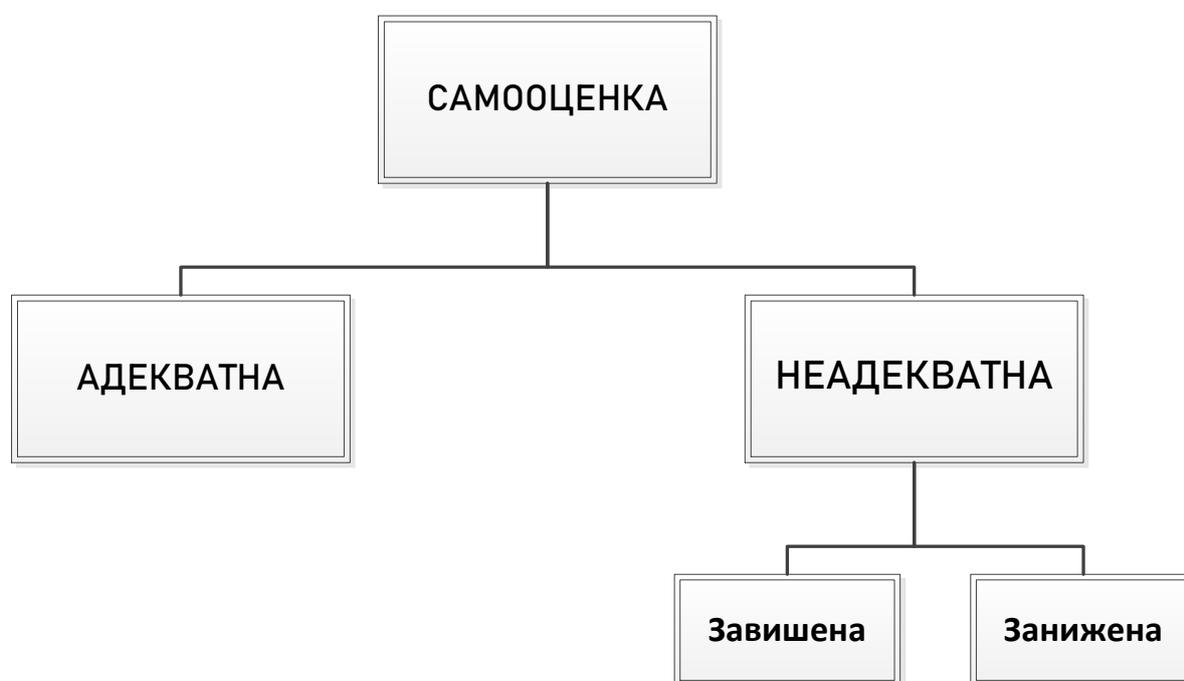
#### • Предпоставки

Процесът на самовъзпитание, неговото начало, продължителност и насоки зависят от обкръжението на възпитаника на макро- и микрониво или обществото като цяло и обкръжението, в което живее. По-конкретно това са идеалите, ценностната система, моделите за поведение, манталитетът, културата, перспективите за развитие и др. в обществото (на всички нива). Важна предпоставка са и възпитателните въздействия, на които е била подложена личността.

В определени етапи от живота личността може да си зададе въпросите: „Какъв искам да стана?“ и „Като какъв искам да се видя?“. При осъзнаване на необходимостта от допълнителна работа с цел да се постигне визията за бъдещето личността може доброволно да вземе решение за самовъзпитание.

- **Компоненти:**

- ✓ самоконтрол – умение за ефективно управление на собствената личност. Нивото му зависи от волята и темперамента на личността;
- ✓ самоанализ;
- ✓ самооценка – осъзнаване на личностните качества, собствените сили, действия/постъпки, мисли, чувства и др. Бива адекватна, завишена и занижена (фиг. 1).
- ✓



Фиг. 12. Видове самооценка

Самооценката възниква или от анализ на резултата на собствената дейност, или когато личността се сравнява с други хора (познати и непознати). Поради тази причина казваме, че този процес външно може да се провокира.

От спортнопедагогическа гледна точка е важно спортният педагог да съумее да формира адекватна самооценка на своите възпитаници. Също така от двата вида неадекватна самооценка е важно да се „тушира“ неадекватно високата самооценка чрез прилагането на подходящите възпитателни въздействия. Важно е да се отчете и че невинаги занижената самооценка може да се разглежда като негативна (в контекста на спортносъстезателната дейност), невинаги тя има само лоши страни. Когато занижената самооценка е свързана с проява на самокритичност и не затормозява психически състезателя, тя може да изиграе положителна роля по отношение развитието на личността в спорта и постигането на високи спортни резултати.

- **Методи за самовъзпитание:**

- ✓ самоубеждаване;
- ✓ самовнушение;
- ✓ самопоощрение;
- ✓ самокритика и самонаказание.

**АКЦЕНТИ \*\*\***

- **Важно** от спортнопедагогическа гледна точка е:
- ✓ Спортният педагог да умее да възбуди потребността за самоизменение и самоусъвършенстване характера и качествата на своите възпитаници.
  - ✓ Спортният педагог да умее да заинтригува, да убеди и да провокира своите възпитаници да работят за своето самоусъвършенстване, да развиват личностните и интелектуалните си качества, да подобряват постиженията си.
  - ✓ Спортният педагог да служи за пример на своите възпитаници и с това си поведение да ги стимулира да се самоусъвършенстват.
  - ✓ Спортният педагог да бъде търпелив, защото потребността от самоусъвършенстване невинаги се формира бързо.

**ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА**

1. Анализирайте Вашата лична самооценка. Направете анализ каква самооценка имат Вашите приятели.
2. Дайте конкретни пример за различните методи за самовъзпитание.

## ТЕМА 6. ПЕДАГОГИЧЕСКИ ПОДХОДИ ЗА ПРЕОДОЛЯВАНЕ НА АГРЕСИЯТА И НАСИЛИЕТО СРЕД ПОДРАСТВАЩИТЕ

### Основни понятия:

- ✓ Агресия
- ✓ Агресивно поведение
- ✓ Насилие
- ✓ Тормоз
- ✓ Насилник, агресор
- ✓ Жертва

При прояви на **агресия**, **агресивно поведение**, **насилие** и/или **тормоз** като резултат се наблюдава причиняване на физическа или психо-емоционална болка на жертвата (*тези негативни прояви ще бъдат обединени, за да не се утежнява текстът*). Характерно за болката е, че тя е целенасочено причинена. За тази цел насилникът/агресорът използва различни средства и методи. Става въпрос за поведение на една личност към друга личност и/или група от хора, но и към животни. Характерно е, че едната страна (жертвата) не желае такова отношение и поведение.

В спортнопедагогическата практика агресията се проявява на различни нива: спортен педагог – спортисти; спортен педагог – родители, спортен педагог – съдии; спортен педагог – общественост, медии; родители – спортисти; спортист – спортист и др.

Предмет на разглеждане ще бъдат проявите на агресия между спортуващи деца и подрастващи (спортист – спортист).

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност

Агресията е социално обусловена и се характеризира с използване на сила, за да се нанесат определени вреди на хора. За целта се използват разнообразни действия, които нарушават физическото или психическото здраве и благополучие на друг човек/хора, нанасят се определени вреди, налице е нарушаване на интересите или тяхното унищожение.

#### 2. Видове агресия:

- ✓ физическа/телесна;
- ✓ психическа;
- ✓ вербална;
- ✓ пряка/непосредствена и косвена/опосредствена;
- ✓ провокирана и непровокирана;
- ✓ отмъстителна;
- ✓ емоционално-враждебна;
- ✓ инструментална;
- ✓ краткосрочна или дългосрочна;
- ✓ открита – скрита;
- ✓ индивидуална – груповая;
- ✓ индиректна/социална агресия/социална манипулация;
- ✓ киберагресия и др.



- **Физическа агресия** – причинява се физическа болка. В детско-юношеска възраст: удряне, хапане, спъване, драцене, блъскане, спъване, плюене, скубане; чупене на лични вещи; заплахи за физическа саморазправа.
- **Вербална агресия**: обиди, неприлични прякори, подигравки, дразнене, викове, крясъци и др.

- **Социална манипулация:** агресорът причинява болка чрез други хора – той ги манипулира и ги кара да нападнат жертвата, като самият агресор остава „в сянка“. Друга форма на индиректна агресия е разпространението на слухове и клюки с цел дискредитация и изолация в групата. Разпространява се често сред младежите, включително и в социалните мрежи. Развалянето на приятелски взаимоотношения, изолация на жертвата, осъществяване на контрол – това са различни форми на този вид агресия. Може да се реализира и невербално – чрез различни движения на тялото и/или негативна лицева експресивна мимика.

### 3. Негативни ефекти от проявата на агресия

- Климатът в спортния клуб става страшен, заплашителен за жертвата – *може да се окаже предпоставка за отказване от спортна дейност*, защото в този случай спортистът не се чувства на сигурно и приятно място; не се чувства уважаван и приеман; не се наслаждава, тренировките не му носят удовлетворение и радост.
- Предизвиква самота, депресия, тревожност, хранителни разстройства, чувство за малоценност, страх от заобикалящия свят и същевременно прояви на враждебност към него.

### 4. Причини за проява на агресивно поведение

- **Емоционални** – при проява на гняв се отговаря враждебно (физическа или вербална агресия).
- **Ценностни** – липсата им е предпоставка за проява на агресия.
- **Среда** – играе роля за подтикване към агресия.

### 5. Роля на спортните педагози за преодоляване на проявите на агресия сред подрастващите спортисти. Педагогически подходи

Спортният педагог е основна действаща сила за справяне с проблема с проявите на агресия сред подрастващите спортисти. Естеството на тези проблеми е сложно и индивидуално за всяка конкретна ситуация. Въпреки това е необходимо да се вземат мерки за решаването на проблема, за да се създаде сигурна и безопасна среда за занимание със спорт за всички участници.

#### Педагогическите подходи за справянето с проблема са:

- ✓ превенция;
- ✓ интервенция и
- ✓ изграждане на общност.

#### Превенция и превантивни мерки:

- ✓ необходимо е възпитаниците да бъдат информирани относно рисковете и измеренията на агресията, какви вреди нанасят агресивните прояви и на двете страни;
- ✓ необходимо е възпитаниците да бъдат информирани за механизмите за реакция при агресия;
- ✓ необходимо е да се формират социални умения за решаване на проблемни и конфликтни ситуации;
- ✓ необходимо е да се формират умения за вербално изразяване, да се подобряват комуникативните умения;
- ✓ необходимо е да се формират умения за решаване на конфликти;

- ✓ необходимо е да се привлекат родителите за партньори;
- ✓ необходимо е да се осигури активно участие на спортуващите деца и младежи в процеса на интервенция и др.

#### Интервенция:

- ✓ да се установят случаите на агресия (защото понякога те остават скрити от възрастните – учители, треньори, родители);
- ✓ да се установят причините за проявата на агресия;
- ✓ да се предприемат мерки за решаването на проблема с особено внимание и към жертвата, и към насилника/агресора;
- ✓ да се насърчи активното участие на родителите.

#### Изграждане на общност

##### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Има зависимост между превантивните мерки и случаите на интервенция на агресивни прояви – колкото по-усилена е превенцията, толкова по-малко случаи на интервенция ще има.
- Превенцията и интервенцията на агресията, агресивните прояви, насилието и тормоза сред подрастващите се реализират на практика, като се прилагат:
  - ✓ педагогическите методи за изследване – с цел идентифициране на проявите, да се наблюдава поведението и на двете страни и
  - ✓ педагогическите методи за възпитание. Чрез осъществяване на възпитателни въздействия се реализират мерките за интервенция.

#### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Били ли сте жертва или свидетели на агресия между съотборници или съученици? Ако отговорът е ДА, опишете случая.
2. На линка са представени подробно мерки за превенция, интервенция и изграждане на общност. Запознайте се и ги анализирайте.

Линк: [https://www.nucginchev.com/wp-content/uploads/2020/05/Methodological-Guidelines\\_TASV-BG.pdf](https://www.nucginchev.com/wp-content/uploads/2020/05/Methodological-Guidelines_TASV-BG.pdf)

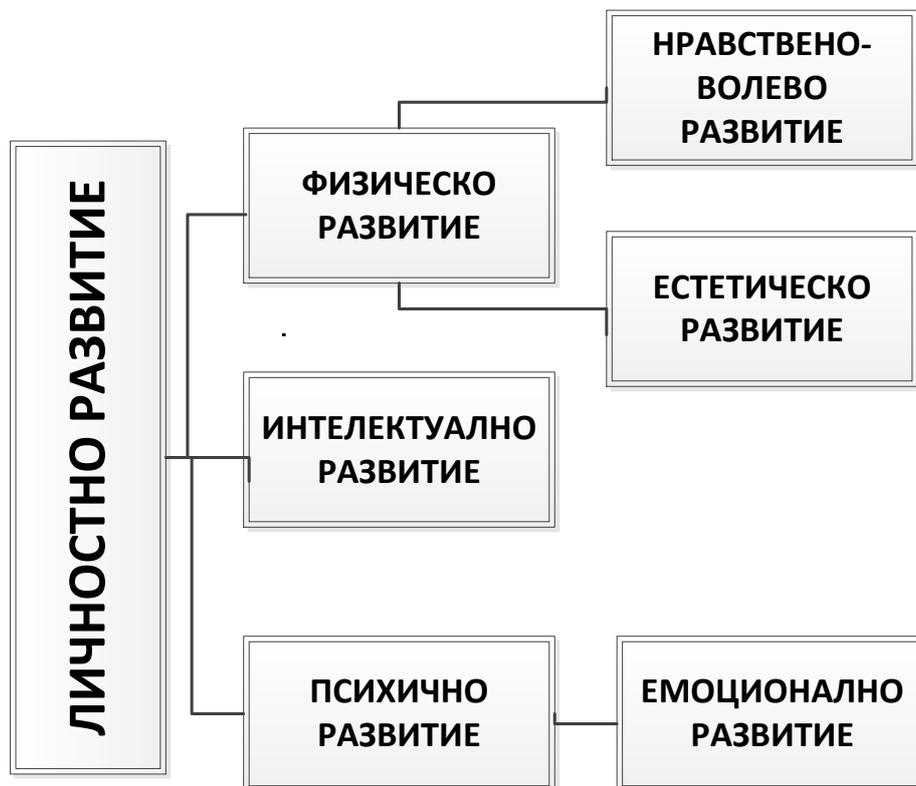
#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Милева, Е. Теоретични основи на физическото и спортното възпитание. Авангард Прима, София, 2013.
2. Милева, Е. Теоретични и приложни аспекти на педагогиката на физическото възпитание и спорта. Авангард Прима, София, 2014.
3. Панайотова, Л. Педагогика. Теория на възпитанието. НСА, София, 1993.
4. Тошева, Ив. Педагогически проблеми при наркоманиите. София, 2012.
5. Ценева, Е. Спортна педагогика, София, Информа, 1998.
6. Чавдарова-Костова, С. (съст.). Възпитанието (съдържателни и процесуални измерения). Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, 2016.
7. Чавдарова-Костова, С., В. Делибалтова, Б. Господинов. Педагогика, София, УИ „Св. Кл. Охридски“, 2008.
8. [https://www.nucginchev.com/wp-content/uploads/2020/05/Methodological-Guidelines\\_TASV-BG.pdf](https://www.nucginchev.com/wp-content/uploads/2020/05/Methodological-Guidelines_TASV-BG.pdf)

## РАЗДЕЛ II. НАСОКИ НА ВЪЗПИТАТЕЛНИЯ ПРОЦЕС

*Насоки на възпитателния процес – това е реализиране на възпитателен процес с конкретна цел; целенасочено формиране и развитие на конкретни личностни качества или някакви конкретни аспекти от поведението на възпитаника; целенасочено формиране на ценности, нагласи, мотиви и др. у възпитаваните във връзка с тяхното развитие или поведение в дадена ситуация.*

Обобщено – насоките на възпитателния процес са един вид различните негови аспекти. Те са пряко свързани с аспектите на личностното развитие (тези аспекти подробно са разгледани в учебника по педагогика за XI клас в Раздел I и тема 5 (фиг. 1):



Фиг. 1. Аспекти на личностното развитие

Насоките на възпитателния процес са включени в съдържанието на възпитанието. Условно ги разглеждаме като основни и такива, които произлизат от тях. В педагогическата литература е прието, че към основните насоки на възпитателния процес спадат: *интелектуалното възпитание, физическото възпитание, нравственото възпитание, волевото възпитание и естетическото възпитание*. Другите възпитателни насоки са: *трудова възпитание, религиозно възпитание, екологично възпитание, здравно възпитание, икономическо и правно възпитание, интеркултурно възпитание, гражданско възпитание, олимпийско възпитание, медийно възпитание* и др.

Въпреки това условно разделение, насоките на възпитателния процес са взаимно свързани и допълващи се.

## ТЕМА 1. ФИЗИЧЕСКО И ЗДРАВНО ВЪЗПИТАНИЕ

### Основни понятия:

- ✓ Култура
- ✓ Физическо възпитание
- ✓ Физическа култура
- ✓ Здравно възпитание
- ✓ Здравна култура
- ✓ Качества

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Физическо възпитание

Физическото възпитание е основна насока на възпитателния процес. Това е целенасочен педагогически процес за усвояване на знания, за формиране и развитие на умения, нагласи и поведение, необходими за поддържане и подобряване на физическото развитие и личното здраве.

#### Задачи на физическото възпитание:

- Да се формират положителни нагласи и потребност за редовно спортуване и поддържане на високо ниво на двигателна активност.
- Да се формират и развиват личностните, психичните и физическите качества на индивида/възпитаваните.
- Да се формират и развиват умения и навици.
- Да се цели напредък при развитието на качествата и уменията.
- Да се формира и развива физическата и здравната култура на човека.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- При формирането на нагласи за редовно спортуване и ежедневно поддържане на високи нива на двигателна активност възпитаваните развиват и самочувствие и друг вид умения, включително и умения за осигуряване на безопасност по време на извършване на всякакъв род двигателна активност.
- Необходимо е да се формират двигателни умения и навици; креативност; толерантност; fair play и спортменство; лидерство; информираност за тялото; умения да се печели и губи с чест и достойнство.

Целите и задачите на тази възпитателна насока се реализират чрез прилагане на методите за възпитание. От възпитателна гледна точка е подходящо да се прилага методът УБЕЖДАВАНЕ във възпитателната практика, за да се формира положително отношение към учебно-тренировъчния и състезателния процес, към двигателната активност и към спорта; да се формира трайна потребност за занимания с физически упражнения и спорт. Важно е спортният педагог да съумее да „предизвика“ възпитаниците (деца, младежи, ученици, спортисти/спортуващи) и да реши целите и задачите на физическото възпитание.

#### Здравно възпитание

Здравното възпитание е насока на възпитателния процес и е в силна връзка с физическото възпитание.

Здравното възпитание е целенасочен възпитателен процес, който протича на ниво семейство, училище, спортен клуб, висше училище (университет), обществото, медии и др.

#### Целите на здравното възпитание са:

- ✓ да се повиши здравната култура на възпитаваните;
- ✓ да се съблюдава здравословен начин на живот;

- ✓ да се съдейства за формиране и укрепване на физическото и психическото здраве;
- ✓ да се развиват знанията, разбиранията, уменията и нагласите, необходими за поддържане и подобряване на физическото развитие и личното здраве.

**Задачите** на здравното възпитание не се разминават съществено със задачите на физическото възпитание: основно те са свързани с морфофункционалното развитие на индивида:

- ✓ да се укрепват здравето и физическите сили на организма;
- ✓ да се развиват основни двигателни умения и навици;
- ✓ да се закалява организмът на възпитаниците и да се формира физическа устойчивост при неблагоприятни атмосферни влияния;
- ✓ да се овладяват знания за устройството и функциите на човешкото тяло, болестите и тяхната профилактика; значението на закаляването, здравословното хранене, ползите от спортуването, опасностите от употребата на алкохол, наркотици и тютюневи изделия;
- ✓ да се формират потребности и убеждения за подобряване на здравето;
- ✓ да се формират умения за самостоятелно здравословно поведение.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- **Физическата култура** е част от общата култура на човека и обществото. Обхваща и обобщава всички дейности, които включват човешкото усъвършенстване – гимнастика, физическо възпитание, спорт, тяхната реализация, както и материалните и духовните постижения, свързани с тях, включително и научното развитие (развитието на спортната наука).
- **Физическата култура** е система от знания, убеждения, ценности, навици, умения и поведение за удовлетворяване на потребността от поддържане на ежедневна двигателна активност, както и на поддържане на добра физическа форма, съчетано с развитие и усъвършенстване на редица двигателни качества.
- **Здравната култура** е система от знания, убеждения, ценности, навици, умения и поведение за удовлетворяване на потребността от опазването, възстановяването и укрепването на личното и общественото здраве.
- **Здравната култура** е свързана с всички аспекти на човешкото здраве. Това е един вид поемане на лична отговорност към здравето и поемане на активна гражданска позиция към собственото, но и към чуждото (общественото) здраве.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Как на практика се реализират физическото и здравното възпитание? Дайте пример от учебно-тренировъчния процес.
2. Каква е връзката между физическото и здравното възпитание?

## ТЕМА 2. ИНТЕЛЕКТУАЛНО ВЪЗПИТАНИЕ

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### Основни понятия:

- ✓ Ум
- ✓ Интелект
- ✓ Интелигентност

#### 1. Същност

Интелектуалното възпитание е една от основните насоки на възпитателния процес. Реализира се, като се осъществяват системни и целенасочени възпитателни/педагогически въздействия и взаимодействия, които са насочени към формирането и развитието на ума, интелектуалните заложби на възпитаниците и техния интелект като цяло.

В този процес е важно да се развиват:

- ✓ мисленето и разбирането;
- ✓ нагласите и мотивите на възпитаниците за интелектуално/умствено развитие.

Следователно интелектуалното възпитание е целенасочен педагогически процес за формиране на умни/интелигентни личности.

#### 2. Уточняване на основните понятия

Според дефинициите, посочени в Съвременния тълковен речник на българския език, **умът** е способност на човека да разсъждава, да познава, да помни. **Интелектът** е способността за мислене и достигнатото равнище на умствено развитие на човека. В тази връзка се говори и за **интелектуално развитие**. Производни понятия са:

- ✓ **интелигентност**: високо равнище на култура, образованост и интелектуални способности;
- ✓ **интелигентен човек**: това е умен човек с големи интелектуални способности;
- ✓ **интелигенция**: това е обществена прослойка и нейните членове се занимават професионално с умствен труд.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- В педагогическата теория и практика се разглежда връзката между **ум-интелект**: това са тъждествени, припокриващи се понятия.
- Респективно **интелектуално** и **умствено възпитание** се припокриват. И двете изразяват дейността на възпитаващите с цел да развиват способността за мислене, разсъждаване и запаметяване у възпитаниците.
- Интелектуалното възпитание се реализира на ниво семейство, учебни заведения, спортни клубове, медии, НПО и др.
- Интелектуалното възпитание се реализира, като се прилагат методите за възпитание.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Каква е връзката между физическото, здравното и интелектуалното възпитание?
2. Посочете кои интелектуални качества могат да се развиват по време на тренировъчния процес във Вашият спорт?

## ТЕМА 3. НРАВСТВЕНО ВЪЗПИТАНИЕ

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### Основни понятия:

- ✓ Морал
- ✓ Нравственост
- ✓ Нравствени ценности
- ✓ Нравствени качества

#### 1. Същност

Нравственото възпитание е основна насока на възпитателния процес. Реализира се от страна на възпитателите (учители, треньори, родители, медии и др.). Възпитателните въздействия са насочени към:

- Формиране и развитие на висок морал у възпитаниците.
- Формиране на нравствените качества на личността. Те са от особено значение за развитието на всички други личностни качества – интелектуални, физически, волеви, естетически и др.
- Формиране на нравствени убеждения, ценности и нагласи, необходими за изява на действия и постъпки (на поведение), които са в унисон с морала в даденото общество или социално обединение.
- Формиране на нравствено съзнание и нравствено поведение.
- Нравственото (морално) развитие на личността и изграждане на нейната нравствена култура.
- Нравственото усъвършенстване на личността.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

##### Нравствено възпитание:

- Това е реализиране на възпитателна дейност от страна на спортните педагози с цел да бъдат формирани и/или усъвършенствани нравствените качества на спортистите, както и нравственото поведение и постъпки. Цели се изграждане на **устойчив тип поведение**.
- Нравственото възпитание е сложен и продължителен, целенасочен педагогически процес. Може да бъде реализирано чрез възпитание, но и чрез превъзпитание, а възпитанието, превъзпитанието и самовъзпитанието са важни за нравственото развитие на личността.

Нравственото възпитание се реализира чрез един или чрез приложението на няколко възпитателни метода. Именно чрез методите за възпитание спортните педагози осъществяват възпитателни въздействия с цел да формират у своите възпитаници комплекс от нравствени качества; нравствено поведение; нравствена култура.

Нравственото възпитание се реализира по време тренировка, по време на състезание и в различно от това време; може да се реализира колективно, но и индивидуално.

#### 2. Задачи на нравственото възпитание

Задачите ни дават ориентири за реализирането на възпитателната дейност, а именно:

- Да се овладеят знания за морала от възпитаниците – под ръководството на спортния педагог.
- Да се формират нравствени убеждения у възпитаниците.
- Да се формират нравствените ценности у възпитаниците.
- Да се формират и утвърдят умения, навици и постъпки за правилно от морална гледна точка поведение.

- Да се развият нравствените качества на личността.
- Да се стимулира нравственото (морално) развитие чрез създаване на условия, при които спортистите да осмислят и оценяват вярно своите нравствени нагласи, представи и очаквания.
- Да се усвои система от фундаментални и приложни знания за нравствеността в спорта като ориентир за личностното морално развитие.
- Да се обогатят и развият преживяванията и нравственият опит на възпитаваните, както и да се развият нагласите и уменията за нравствено поведение.

### АКЦЕНТИ\*\*\*

#### Нравствени норми:

Когато се разглеждат нравственото възпитание и задачите, които стоят за решаване пред спортните педагози, е важно те да бъдат в съответствие с нравствените норми в обществото.

- Нравствените норми имат общоприет и задължителен характер.
- Нравствените норми имат универсален характер – насочени са към всички членове на обществото.
- Нравствените норми са основен регулатор на взаимоотношенията между обществото и личността.
- Нравствените норми определят изискванията на обществото към личността при взаимодействията ѝ с другите хора.

### 3. Нравствено развитие

Нравственото възпитание е насочено към нравственото развитие на личността.

- Нравственото развитие е достигнатото от личността равнище на нравствена възпитаност или достигнатото равнище на развитие на морала на личността. Определя се от познаването на нормите и правилата на поведение, от навичките, от вътрешната позиция на възпитаваните.
- Нравственото развитие е аспект от личностното развитие. Това е процес на положителни и качествени изменения на личността под влияние на многобройни фактори, основно външни. Основна е ролята на социалната среда (макрониво с общоприетите нравствени норми и микрониво – социалното обкръжение и възпитателните въздействия, които се осъществяват върху личността). Не бива да се пренебрегват и личният опит и самовъзпитанието.

### 4. Нравствени ценности

Нравствените ценности са жизнени приоритети. Те са устойчиви във времето, а не временни и ситуационни, както са интересите и потребностите. Ценностите са актуални и валидни за личността за дълъг период от време. Ценностите определят поведението, изявата на емоциите, нуждите, поведението, етикета, начина на живот.

Нравствените ценности се формират съобразно ценностите на обществото като цяло (макросреда) и на отделните негови единици (различните микросреда, в които попада личността).

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Посочете кои нравствени качества са важни в спортната дейност и конкретно за Вашия спорт.
2. Посочете 5 нравствени ценности и 5 нравствени качества.
3. Има ли връзка между нравственото възпитание и концепцията за Fair play? Обосновете отговора си.
4. Каква е връзката между морал, нравственост и спорт?

## ТЕМА 4. ВОЛЕВО ВЪЗПИТАНИЕ

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### Основни понятия:

- ✓ Воля
- ✓ Характер
- ✓ Волеви действия
- ✓ Волеви качества
- ✓ Трудности

#### 1. Същност на понятието „воля“

Волята е:

- Способност на човека за съзнателно осъществяване на определени действия, които са насочени към достигане на съзнателно поставени и желани цели.
- Това е съзнателна и целенасочена дейност за преодоляване на вътрешни и външни трудности.
- Способност за преодоляване на трудности в името на определени личностни и обществено значими цели.
- Свойство на личността, което се проявява в съзнателна и целенасочена дейност за преодоляване на вътрешни и външни трудности.
- Свойство на личността, по което се съди за характера на човека.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Волята се проявява в целевите действия на човека.
- Човек не се ражда със силна воля – тя се възпитава, формира, изгражда.
- За изява на волята значение има и развитието на интелектуалните възможности и високите нравствени качества на възпитаника/спортиста/състезателя/ученика/личността, защото волята и моралните/нравствените качества са взаимосвързани. Има връзка и между волята и интелектуалното развитие на личността.

#### 2. Характер – същност и връзка с волята

*Характерът е съчетание на черти и качества на личността, които определят поведението ѝ в различни жизнени ситуации. Тези черти и качества се проявяват в отношението на човека към работата, спорта, към другите хора и към себе си.*

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Характерът се изгражда в зависимост от условията на живот и социалното обкръжение на човека, вкл. какви възпитателни въздействия са осъществявани върху него през различните възрастови периоди и в различни ситуации и среди.
- Характерът се изменя пак в зависимост от условията на средата, както и дейностите, които извършва личността. Характерът може да се формира и възпитава, а неговата проява е в постъпките и действията на хората.
- Волята и характерът са неделими. Волевият човек не може да бъде безхарактерен и обратно. Възпитанието на волята е неделимо от възпитанието на характера – това е волево възпитание.

#### 3. Волеви действия

- Волевите действия са основна характеристика на волята.
- Волевите действия се характеризират с проявите на контрол и поради тази причина не всяко съзнателно действие се класифицира като волево.
- Волевите действия са насочени към преодоляване на различни по характер и сила очаквани и неочаквани трудности. Тези трудности се преодоляват, за да се постигат предварително набеязани цели.

- Волевите действия са свързани с:
  - ✓ целта и представата за резултата;
  - ✓ мотивите и подбудите;
  - ✓ задачите, методите и средствата, с които ще се постига целта;
  - ✓ решението и реализацията.

#### 4. Трудности

Трудностите, които се преодоляват при проява на волята (волевите качества) или които трябва да бъдат преодолявани, за да се формират тези качества, са два вида: *обективни (външни)* и *субективни (вътрешни)*.

| Вътрешни (субективни)                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Външни (обективни)                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обуславят се от личностните особености на спортиста и имат подчертано индивидуален характер – свърхвъзбуда, измененията във функцията и дейността на различните органи и системи, предизвикани от умора, болка и др.; съмнение, тревожност, апатия, отчаяние, страх, гняв, различни невротични реакции и др. | Произтичат от характера на дейността, спецификата на спорта, особеностите на техниката и тактиката на спорта; особеностите на спортното състезание, противници, съдии, публика и др. <b>Те са общи за всички състезатели.</b> |

#### 5. Волеви качества

Волевите качества са необходима предпоставка за постигане на високи спортни резултати. Изграждат се/формират се чрез преодоляване на трудности и в резултат от възпитателната дейност/възпитателните въздействия от страна на спортния педагог, родителите и др.

##### **ВОЛЕВИ КАЧЕСТВА**

- Целеустременост
- Настойчивост
- Самостоятелност
- Инициативност
- Решителност
- Смелост
- Самообладание и др.

#### 6. Волево възпитание

**Волево възпитание** е една от основните насоки на възпитателния процес. Това е целенасочен процес за формиране и развитие на волевите качества на възпитаниците (деца, ученици, спортуващи, спортисти, състезатели). Тези волеви качества се формират целенасочено от възпитателите (учители, треньори, инструктори по вид спорт).

Наличието и формирането на волеви качества са от особено значение в днешните социално-икономически условия и при днешното състояние на развитие на спорта. Именно поради тази причина е от изключителна важност съвременните спортни педагози в своята спортнопедагогическа (респективно възпитателна) дейност да си поставят за цел да формират и развиват волевите качества на възпитаниците (чрез прилагането във възпитателната дейност на методите за възпитание) – по време на тренировка, по време на състезание и в различно от това време; може да се реализира колективно, но и индивидуално. Това на практика се реализира чрез преодоляване на трудности от страна на възпитаниците.

**АКЦЕНТИ\*\*\***

- Спортните педагози чрез един или комплекс от възпитателни методи осъществяват възпитателни въздействия с цел възпитаниците да преодоляват трудности и да развиват своята воля (волеви качества).
- Възпитаниците преодоляват различни по характер и сила (както очаквани, така и неочаквани) трудности, за да постигнат предварително набелязаните цели, но те се насочват и контролират от своите треньори.
- Когато спортистите работят самостоятелно за развитие на волевите си качества, без участието и насоките на своите треньори – говорим за самовъзпитание.

**ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА**

1. Посочете волевите качества, които е необходимо да притежава спортист, практикуващ Вашия спорт.
2. Какви трудности ще се преодоляват, за да бъдат формирани тези качества?
3. Каква е връзката между воля, морал, нравственост и спорт?
4. Каква е връзката между нравствено възпитание, волево възпитание и интелектуално възпитание?

## ТЕМА 5. ЕСТЕТИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ

### КРАСОТАТА НА СВЕТА И КРАСОТАТА НА СПОРТА

Темата за красотата на света и красотата на спорта ще бъде разгледана през призмата на една от основните насоки на възпитателния процес, а именно **естетическото възпитание**.



*Платон и Аристотел в средата на фреската „Атинската школа“ на Рафаело Санцио от Stanza della Segnatura в Апостолическия дворец във Ватикана. Източник <https://impressio.dir.bg/ikoni/aristotel-neshtastieto-splotyava-horata>*

Още през Античността е отбелязана естетическата значимост на физическата култура и спорта. Древногръцките философи Платон (427–345 г. пр.Хр.) и неговият ученик Аристотел (384–322 г. пр.Хр.) правят връзка между играта и изкуството, защото според тях играта е естетична по своята природа.

#### 1. Същност на естетическото възпитание

**Естетическото възпитание** е основна насока на възпитателния процес.

- Това е целенасочен процес за:
  - ✓ развитие и формиране на усещания, възприятия и представи за красотата;
  - ✓ формиране на мислене, убеждения, идеали, вкусове, интереси и потребности;
  - ✓ възпитаване на чувства и емоции;
  - ✓ възпитаване на постъпки и поведение с естетически заряд.
- Естетическото възпитание е целенасочен процес за формиране у възпитаниците на естетическо отношение към изкуството, природата и към всички сфери на дейност, които имат естетическа стойност и ценност, например спорта. Включително формиране на потребност от изкуство, от красиво/красота, от хармония.

- Естетическото възпитание е целенасочен процес на формиране на усет и умения да се възприема, разбира и оценява красотата, да се формира потребност от красотата. Напр. в спорта да се възприема красотата в движението.
- Естетическото възпитание е процес на формиране на потребност от красота; процес на стимулиране на творческите способности за създаване на красиво в средата на живот.
- Естетическото възпитание е процес на формиране на естетическа култура у възпитаниците.

## 2. Поява и развитие

Понятието „естетическо възпитание“ се появява за пръв път във философските и педагогическите текстове през XVIII век. Преди това не се изучава и не се изследва, защото понятието „естетика“ все още не се е използвало. Смята се, че първото сериозно произведение, в което се прави връзката между възпитание и естетика, е „За естетическото възпитание на човека в поредица от писма“ на германския поет и историк Йохан Кристоф Фридрих фон Шилер, познат като Фридрих Шилер (1759-1805).

Естетическото възпитание представлява интерес и за друг представител на немското Просвещение – Георг Вилхелм Фридрих Хегел (1770–1831). Той разглежда въпроса за естетическата значимост на физическата култура и спорта.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Терминът „естетическо“ има гръцки произход: от *aisthetikos* – сетивен, красив, изящен.
- Естетическото възпитание е част от цялостния процес на възпитание на човека. Когато се говори за всестранно развитие на личността, са от значение интелектуалното ниво на развитие, какви добродетели и миоглед притежава тя, ниво на развитие на физически и волеви качества, развитие на комплекс от личностни качества, вкл. и развитие на способност да се разбира и цени, но и да се създава красота. Важно е да се открива красивото в живота, да се цени и да се създава красота.
- Физическата култура и спортът са част от общата култура на човека. Освен оздравителен и укрепващ ефект, те имат силата за естетическо въздействие независимо от принадлежността на човека към една или друга култура.

## 3. Основни понятия

*Естетическо съзнание, естетическо възприятие, естетическо отношение и поведение, естетическа дейност, естетически вкус, естетически идеал, естетическа оценка.*

Естетическото съзнание и поведение са елементи на **естетическата култура**, която се характеризира с проява на вкус, усет за красивото, знания и потребност от красота.

От спортнопедагогическа гледна точка е важно да бъдат формирани **естетически възприятия** у възпитаниците (спортистите). Това означава спортистите да бъдат в състояние да възприемат не само физическите белези на всичко, което ги

заобикаля, но и да могат да чувстват и преживяват красивото/красотата на формите, движенията, цветовете, звуците, художествените идеи, които са заложи в спорта и спортната дейност. При формиран естетически възприятия лесно се разграничават красивото от грозното. Това обаче е в тясна връзка с културата на личността, с опита – личния и професионалния, обкръжението.

**Естетическа оценка** – обикновено е съждение „харесва ми“ или „не ми харесва“. Оценката се възпитава, тя се развива.

**Естетически вкус** – това е съвкупността от естетическите възприятия, естетическите чувства и естетическата оценка. Това е способността на човек да оценява естетическите качества на всичко, което го заобикаля. Характеризира се с относително постоянна и трайна позиция относно красивото и се отразява в оценката, поведението, външния вид и др.

#### 4. Задачи на естетическото възпитание

- Да се овладяват естетически знания, умения и навици.
- Да се изгражда и формира естетически светоглед.
- Да се формира естетическо отношение към действителността.
- Да се работи за формиране и развитие на естетическа оценка.
- Да се работи за формиране и развитие на естетически вкус.
- Да се изгражда и формира естетически стремеж за живот с красота/красиво във всичките ѝ измерения.

#### 5. Естетически измерения в спортната дейност

Естетически характеристики, характерни за спорта и спортната дейност:

- ✓ красиво изпълнение;
- ✓ пластичност в изпълнението;
- ✓ хармония;
- ✓ лекота и непринуденост в движенията;
- ✓ проява на майсторство и др.

### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Как на практика се реализира естетическото възпитание? Дайте пример от учебно-тренировъчния процес.
2. Посочете някои естетически характеристики от Вашия спорт.
3. Къде виждате Вие красотата в света и красотата в спорта? Обосновайте отговорите си и дайте примери за естетическите измерения на спортната дейност.

## ТЕМА 6. СЕМЕЙНО ВЪЗПИТАНИЕ

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### Основни понятия:

- ✓ Семейство
- ✓ Семейна общност
- ✓ Приемственост между поколенията
- ✓ Модели за семейно възпитание

Възпитанието като явление се е появило с появата на човешката цивилизация. Както уточнихме в предишния раздел, с възпитанието се предава обществено-историческият опит на човека. Характерно е взаимодействие между поколенията и като резултат от възпитателната дейност се осигурява приемственост между тях. По този начин се осигурява развитието на обществото, на човешката цивилизация като цяло.

Роля за това развитие имат семейството и образователните институции, където в най-голяма степен се осъществява възпитателна дейност.

#### 1. Семейството като възпитателна среда. Същност на семейното възпитание

Семейството е най-малката обществена единица, но неговата роля е голяма за развитието и формирането на личността. Семейството е първата социална група, в която детето расте и започва да общува. В ранното детство възпитателното влияние на семейството – родители, роднини, братя и сестри, е голямо. Тогава детето има сравнително ограничен в рамките на семейството социален кръг на общуване. В първите години, в общуването с най-близките хора, децата започват да формират представите си за живота, за нагласите, формира се ценностната им система, формират се модели за поведение в обществото и в определени ситуации. От семейството зависи кога и в каква степен детето ще разшири своя социален кръг на общуване. От семейството в голяма степен зависи и кога, колко и какво ще спортува детето.

Без значение от социалните контакти и ниво на социализация, възпитателната роля на семейството е голяма. Именно това са и две от неговите функции – **възпитателна** и **социализираща функция**. Другите функции на семейството са **репродуктивна** и **икономическа**. Предмет на разглеждане от педагогическа гледна точка е **възпитателната функция** на семейството.

От спортнопедагогическа гледна точка е важно да се изучава семейното възпитание, защото ако спортните педагози работят с деца и подрастващи, ще се сблъскат с различните модели на семейното възпитание. То от своя страна оказва и пряко, и косвено влияние върху педагогическата дейност на треньорите.

**Семейното възпитание** се реализира на ниво семейство. Това са възпитателните въздействия, които се осъществяват вътре в семейството от членовете на семейната общност.

Както при възпитателния процес (разглеждан като педагогически процес; при взаимодействията между спортен педагог – спортисти или възпитател – възпитаници), при семейното възпитание се цели формирането на определени личностни качества, на убеждения, нагласи, ценности, отношения и поведение.

„Идеалният“ резултат от семейното възпитание е да се възпитат самостоятелни, уверени и хармонично развити личности, достойни членове на обществото, а не „подобие“ или „копие“ на един или няколко членове на семейната общност. **Важно е да се отгледат и възпитат физически, психически и емоционално здрави деца, за да им се създадат условия за успешна социализация, адаптация и реализация в обществото.**

## 2. Видове семейства

- „Класическо“ семейство – децата се отглеждат и възпитават от двама родители (майка и баща, живеещи във фактическо съжителство със или без брак). Възпитатели и членове на семейството са също и бабите и дядовците.
- За семейство и реализиране на семейно възпитание се говори и когато децата се отглеждат и възпитават само от единия родител (поради развод/раздяла на родителите, смърт на единия от двамата). Понякога само единият родител е пряко отговорен за отглеждането на детето/децата и поради физическа отдалеченост (работни ангажименти в друго населено място или друга държава).
- За семейно възпитание говорим и когато грижите за отглеждането и възпитанието на децата са на баба и/или дядо, или някакъв друг близък роднина (настойник).

## 3. Фактори, които определят семейното възпитание

- Интелектуално и образователно ниво на членовете на семейната общност.
- Психично състояние на възпитаващите и възпитаниците.
- Възраст и разликата във възрастта (на възпитаващите и възпитаниците).
- Брой поколения в семейството/домакинството.
- Брой деца в семейството и възрастова разлика между тях.
- Икономически статус и финансови възможности на членовете на семейната общност.
- Професионална заетост, вид на професията, професионална реализация и удовлетвореност от работата; отдалеченост на работното място; удовлетвореност от семейните ангажименти.
- Ангажираност към спорта и спортната дейност.
  - ✓ Религиозно вероизповедание.
  - ✓ Възпитание и ниво на възпитаност на родителите.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Типът **взаимоотношения** в семейството оказва влияние върху възпитаността на децата в семейството (прояви на вежливост, уважение, агресия, обиди, незначитане и др.); близко обкръжение (роднини, приятели, колеги); честота на контактите с хората от близкото обкръжение; естество на контактите и разговорите; как прекарват свободното си време с тях; спортуване; емоционалност и др.).
- **Манталитет, семейна идеология и философия за живота** на ниво семейство:
  - какви хора, дейности и неща се харесват, вкл. спорт, наука и изкуство;
  - кои ценности са с приоритет – духовните или материалните;
  - местоживеене и битови условия;
  - морални/нравствени ценности;
  - семейни традиции и ценности;
  - приемственост между поколенията.

## 4. Модели за семейно възпитание

За семейното възпитание е характерно, че има различни модели, чрез които то се реализира. В същото време няма универсален модел или такъв, за който да се каже, че е най-добрият. Причината за това е, че участниците в този процес имат

своите особености и потребности, които невинаги са еднакви. Важното е да се намери ефективен модел на родителско поведение и да се минимизират грешките във възпитателната дейност на ниво семейство.

- **Авторитарен модел за семейно възпитание:**
  - ✓ крайности в демонстрирането на любов или липса на такава;
  - ✓ крайности в проявите на контрол и налагане на сериозни ограничения;
  - ✓ прилагане на наказания, в повечето случаи несъответстващи на провинението или неуместни;
  - ✓ прояви на физическо, психическо и емоционално насилие;
  - ✓ прояви на неприязън, чести раздражения, гняв, манипулации; игнориране на чувствата, емоциите, желанията и интересите на възпитаниците.
- **Либерален модел за семейно възпитание:**
  - ✓ липса на ограничения;
  - ✓ липса на контрол;
  - ✓ проява на снизходителност в родителското поведение спрямо децата;
  - ✓ неприемане на авторитети (на родител, учител);
  - ✓ толериране и negliжиране на неоправдано самочувствие и предизвикателно поведение от страна на възпитаниците;
  - ✓ прояви на прекалена любов и прекалено угаждане, глезене, осигуряване на прекалена емоционална сигурност; осигуряване и задоволяване на всякакви прищевки за материални и нематериални неща; демонстриране на равностойност в позициите между родител – дете;
  - ✓ прояви на деспотизъм и егоизъм от страна на детето и тяхното толериране и negliжиране от страна на родителите.
- **Модел, характеризиращ се с прояви за свръхзакрила:** характерно за него е, че родителите изпитват силно безпокойство за живота и здравето на детето. В тази връзка те забраняват доста дейности, вкл. **спортуване**, а за сметка на това са склонни да осигуряват материално благополучие. Този модел често оказва негативни ефекти върху децата.
- **Модел, характеризиращ се с проява на чувство за собственост:**
  - ✓ родителят се проектира чрез детето;
  - ✓ родителят възприема детето като възможност за реализиране на своите собствени потребности и нереализирани мечти;
  - ✓ родителят проявява желание да живее живота на своето дете;
  - ✓ родителят възприема детето като вещ;
  - ✓ родителят държи детето си в зависимост (финансова, емоционална и др.), изисква подчинение и уважение;
  - ✓ родителят смята, че може да налага телесни наказания, защото детето било негово и може да прави с него каквото си иска.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Посочете какви ще бъдат ефектите върху децата при четирите модели за семейно възпитание.

## ТЕМА 7. СЪВРЕМЕННИ НАСОКИ НА ВЪЗПИТАТЕЛНИЯ ПРОЦЕС

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### Основни понятия:

- ✓ Гражданско възпитание
- ✓ Екологично възпитание
- ✓ Антинаркотично възпитание
- ✓ Медийно възпитание

#### 1. Гражданско възпитание

Гражданското възпитание е целенасочен педагогически процес, който се реализира на ниво семейство, образователни институции, спортни клубове, медии и неправителствени организации. Целта е да бъдат подготвени

компетентни граждани с активна гражданска позиция.

**Задачите** на гражданското възпитание са:

- Да се формират и развиват знания, умения и нагласи у възпитаниците за гражданското общество.
- Да се формира активна гражданска позиция у възпитаниците.
- Да се стимулира гражданското участие на учениците.
- Да се развиват знанията за правата, свободите, равенството и задълженията на възпитаниците.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Гражданското общество е религиозно неутрално и има светски характер.
- Гражданското общество е социална общност от хора – обединение или не (вкл. Неправителствените организации – НПО). В това обединение хората са свободни, равни и равноправни.
- Характеристиките на гражданското общество са свобода, права и равенство, като връзките между тях са активни и двупосочни.
- Свободите и правата на гражданите в гражданското общество се припокриват. Те трябва да се зачитат.
- Правата на гражданите са свързани със закона и със съответни задължения, защото освен права гражданите имат и задължения.
- Членовете на гражданското общество имат свободата и правото да се образуват, да спортуват, да изберат с какъв спорт и в кой клуб искат да се занимават и др.

#### 2. Екологично възпитание

Екологичното възпитание се реализира на ниво семейство, учебно-възпитателни заведения, спортни клубове, медии – ефирни, печатни, социални, неправителствени организации (НПО) и др.

**Целта** на екологичното възпитание е формиране и развитие на нагласи, отношения и поведение по посока опазване на природната среда.

За реализирането на тази цел е необходимо (това са **задачите** на екологичното възпитание):

- Да се информират възпитаниците по проблемите на екологията и опазването на природните ресурси, но и защо е важно това.
- Да се информират възпитаниците за начините на пестене на енергия и енергийна ефективност; за възможностите на рециклирането и ползите от това; за ползите от горите и вредите от безразборното им изсичане; за вредите от въглеродните емисии; за проблемите, пред които сме изправени относно влошаване състоянието на природата и начините за нейното опазване и др.

### 3. Антинаркотично възпитание

Антинаркотичното възпитание е възпитателен процес, който може да се реализира на ниво семейство, учебно-възпитателни заведения, спортни клубове, медии – ефирни, печатни, социални, неправителствени организации (НПО) и др. Предвид сериозността на проблема за зависимостите, особено наркотичната, е необходимо цялото общество да полага усилия и да реализира тази възпитателна насока.

**Целта** на антинаркотичното възпитание е формиране и развитие на нагласи, отношения и поведение по посока отхвърляне и неприемане на упойващи и наркотични вещества (вкл. тютюнопушене и алкохол).

**Задачите** на антинаркотичното възпитание са:

- Да се информират възпитаниците по проблемите на наркоманиите и вредите, които нанасят на организма – на физическото, психическото и социалното здраве.
- Да се информират възпитаниците за ползите от съблюдаването на здравословен начин на живот.
- Да се осъществява първична превенция или профилактика на наркотична зависимост. Това са набор от мерки, които са насочени към **предотвратяване** на употребата на психоактивни вещества.
- Да се разкрият причините за пристрастяване (вторична превенция).
- Да се осъществява вторичната превенция при нужда – това е ранното идентифициране на младежите, които вече са започнали да употребяват упойващи и наркотични вещества. Важността на тези мерки е да не се развие зависимост към употребата на психоактивните вещества.

Причини, които провокират началото на употреба на упойващи и наркотични вещества:

- ✓ лошо влияние от социалната среда (на ниво семейство, приятели, съученици, съотборници);
- ✓ нужда от приемане и признание от нова социална група;
- ✓ негативни чувства като прекалена срамежливост, некомпетентност, малощеност, зависимост; склонност към депресивни състояния;
- ✓ някои психични отклонения;
- ✓ нужда от „релаксация“ и освобождаване на нервно-психическия стрес и тревожност;
- ✓ за „забавление“ и проба;
- ✓ за „бягство“ от реалността;
- ✓ липса на информираност за вредата от упойващите и наркотичните вещества и др.

От спортнопедагогическа гледна точка е важно доброто познаване на спортистите, с които се работи, и от гледна точка на осъществяването на тази възпитателна насока и профилактика на зависимостите. В тази връзка е важно да се следи за промени в поведението и емоциите на възпитаниците, както и познаването на семейството, семейните взаимоотношения и приятелския кръг на спортистите. Целта на превантивната работа на спортния педагог е да съдейства за предотвратяване на нуждата от търсенето и употреба на всякакви упойващи вещества от спортистите.

### 4. Медийно възпитание

Днес медиите (средства за масова информация и комуникация) имат сериозно влияние върху живота на хората. Неслучайно те се наричат **„четвъртата власт“**. Медийните продукти не само информират и развличат. Те имат и други функции.

- **Функции на медиите:**

- ✓ информационна;
- ✓ комуникативна;
- ✓ социализираща;
- ✓ развлекателна;
- ✓ енкултурираща;
- ✓ обучаваща;
- ✓ възпитателна;
- ✓ образователна
- ✓ развиваща.

- **Видове медии:**

- ✓ печатни;
- ✓ ефирни;
- ✓ електронни;
- ✓ социални мрежи.

### **Същност на медийното възпитание**

Медийното възпитание обединява обучителната, възпитателната и образователната функция на медиите. Това е целенасочен процес на въздействие от страна на медиите (медийните продукти) върху личността с цел да се разшири познавателният кръгзор в редица области (политика, наука, изкуство, СПОРТ, технологии, география и др.).

Задачи на тази възпитателна насока са да се „дават“ знания за живота, обществото, природата и др.; да се формират медийна грамотност и способност за критично мислене; да се насърчават възпитаниците да използват творчески различни мулти-медийни продукти; да се възпитава култура на медийно потребление и поведение.

Културата на медийното потребление и поведение се нарича НЕТИКЕТ (интернет етикет). Това е набор от правила за добро поведение в социалните мрежи.

### **ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА**

1. Идентифицирайте екологичен проблем във Вашия дом или общност. Направете план за подобряване на ситуацията. Запитайте се какво можете да направите.
2. Запознайте се с текста от линка и се постарайте да се съобразявате с изискванията за поведение и комуникации в социалните мрежи (<https://ptgrz.org/public/documents/1585653988.pdf>)

#### **ЛИТЕРАТУРА:**

1. Владова, И. Мултикултурализъм. Олимпизъм. Образование. София, НСА ПРЕС, 2018.
2. Милева, Е. Теоретични основи на физическото и спортното възпитание. Авангард Прима, София, 2013.
3. Панайотова, Л. Педагогика. Теория на възпитанието. НСА, София, 1993.
4. Тошева, Ив. Педагогически проблеми при наркоманиите. София, 2012.
5. Ценева, Е. Процесът на възпитание. В: Ръководство по теория на професиите в спортните училища (IX – XII клас). Първа част. София, 2015, с. 251-259.
6. Ценева, Е. Спортна педагогика. Информа, София, 1998.
7. Чавдарова-Костова, С. (съст.). Възпитанието (съдържателни и процесуални измерения). Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, 2016.
8. Чавдарова-Костова, С., В. Делибалтова, Б. Господинов. Педагогика. УИ „Св. Кл. Охридски“, София, 2008.
9. <https://ptgrz.org/public/documents/1585653988.pdf>

### РАЗДЕЛ III. ПРОФЕСИОНАЛНА ДЕЙНОСТ НА СПОРТНИЯ ПЕДАГОГ

*Професията на треньора/учителя по ФВС е педагогическа професия. По своята същност тя е уникална, тъй като се осъществява в условията на специфична дейност – физическо възпитание и спорт.*

*Тази професия се реализира в две основни направления – учител по физическо възпитание и треньор по вид спорт.*

*Спортните педагози имат специфичен обект на своя труд – това са децата, подрастващите, спортуващите от всички възрасти, спортистите. Всички те имат своите индивидуални, личностни и възрастово-обусловени характеристики. При реализирането на учебно-възпитателния процес е необходимо спортните педагози да се съобразяват с тях, като се придържат едновременно към методиката на обучение/тренировка. При това общуване се решават редица задачи – образователни, възпитателни, развиващи и др.*

## ТЕМА 1. ПЕДАГОГИЧЕСКО ОБЩУВАНЕ – ХАРАКТЕРИСТИКА, ВИДОВЕ, СРЕДСТВА, СТИЛОВЕ. ПЕДАГОГИЧЕСКИ ИЗМЕРЕНИЯ НА ОБЩУВАНЕТО В СПОРТА

Общуване и комуникация са еднозначни понятия. Става въпрос за процес на обмен на информация (информационна обмяна), при който се извършва създаване, редактиране и изпращане на някакви съобщения.

Чрез общуването човешката личност се развива, защото то е в основата на социализацията на личността. Личността се социализира и разкрива своята индивидуалност в обществото.

### Основни понятия:

- ✓ Вербални средства
- ✓ Невербални средства
- ✓ Авторитарен стил
- ✓ Либерален стил
- ✓ Демократичен стил
- ✓ Ситуативен стил

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност на педагогическото общуване

Педагогическото общуване е професионалното общуване на педагога с обучаваните. В контекста на спортното обучение, педагогическото общуване е общуването на спортния педагог (треньора) със спортистите по време на тренировка и/или извън нея, вкл. състезание и спортно-тренировъчен или спортно-възстановителен лагер. Това е форма на взаимоотношения, партньорство и сътрудничество между треньор и спортисти.

Това е форма на взаимоотношения, партньорство и сътрудничество между треньор и спортисти.

Чрез педагогическото общуване се решават дидактически и възпитателни задачи. Параметрите му се определят от характера на спортнопедагогическата дейност, от целите и задачите ѝ, от възрастовите и индивидуалните особености на обучаваните. Реализира се от професионално упълномощено лице.

- Педагогическото общуване е целенасочена творческа дейност.
- Педагогическото общуване е професионално общуване.
- Педагогическото общуване е специфичен вид социално общуване.

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- За педагогическото общуване е характерно, че е: активен, динамичен, интелектуален и емоционален процес.
- При педагогическото общуване има „обратна информация“, има елементи на ситуативност.

#### 2. Функции:

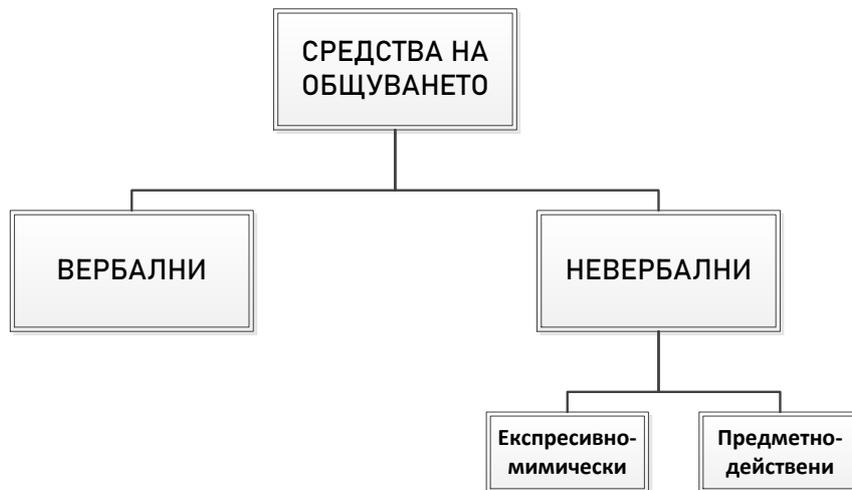
- ✓ информационна;
- ✓ когнитивна (познавателна);
- ✓ нормативна;
- ✓ емоционална;
- ✓ комуникативна;
- ✓ оценяваща;
- ✓ контролираща;
- ✓ коригираща;
- ✓ стимулираща.

#### 3. Средства

В зависимост от комуникативните средства, чрез които се осъществява, педагогическото общуване бива речево, неречево и комбинирано.

Средствата на общуването биват **вербални** – използват се речта, словото и невербални средства. При комбинираното общуване се използват и вербални, и невербални средства.

Невербалното и комбинираното общуване са с голямо приложение в спортно-състезателната дейност, а по време на учебно-тренировъчен процес основно се прилага вербалното общуване (фиг. 1).



Фиг. 1. Средства на педагогическото общуване в спортната дейност

#### АКЦЕНТИ\*\*\*

- Експресивно-мимическите средства са различни изразителни движения от страна на спортния педагог – поглед, усмивка, мимика и др. Чрез тях се изразяват емоционални състояния на участващите в общуването.
- Предметно-действени средства – чрез тях се изразява готовност за взаимодействие. Реализира се чрез приближаване, отдалечаване, подаване и приемане на различни предмети (топка, щафетна палка и др.). Наблюдава се стремеж към физически контакт или избягване на такъв (ръкостискане, потупване по рамото с цел вдъхване на увереност у спортиста или като вид похвала и др.).

#### 4. Стиллове на педагогическото общуване

- **Авторитарен стил**

За този стил е характерно, че:

- ✓ спортният педагог взема еднолични решения, засягащи учебно-възпитателния процес; той налага своите виждания; предявява сериозни изисквания към спортистите;
- ✓ спортният педагог не зачита мнението, желанията и инициативата на спортиста;
- ✓ спортният педагог използва приоритетно метода наказание в своята възпитателна дейност; прави доста забележки, издава заповеди и др.

Тези особености са предпоставка за създаване на „недружелюбна“ атмосфера, усещат се напрежение и страх; появяват се противоречия и конфликти между треньори и спортисти, недоверие, отчужденост и др.

- **Либерален стил**

Този стил на общуване е противоположен на авторитарния. За него е характерно, че спортният педагог има минимална намеса в живота на спортиста и/или отбора. Той „дава“ прекалено голяма свобода на решенията, действията и поведението от страна на спортистите, понякога надценява техните сили и възможности.

Либералното общуване в учебно-възпитателната и спортната дейност не е много препоръчително, защото такова поведение от страна на спортния педагог може да бъде изтълкувано като незаинтересованост от страна на спортистите. Това от своя страна е предпоставка за намаляване и липса на мотивация за трениране, постигане на успех и цялостно развитие.

- **Демократичен стил**

Този стил на общуване се характеризира с демонстриране на уважение от страна на спортния педагог към личността, желанията и мнението на спортистите. Спортният педагог:

- ✓ се съобразява с възрастовите и индивидуалните възможности на спортистите;
- ✓ проявява внимание, разбиране, уважение и доверие към техните чувства, желания и стремежи;
- ✓ разрешава включването на спортистите при обсъждането и вземането на групови решения, както и при реализирането им;
- ✓ готов е за съдействие и помощ.

- **Ситуативен стил**

Спортният педагог избира и прилага някои от посочените стилове на общуване според ситуацията, възрастта и спортната квалификация на спортистите, етапа на подготовка и състезателния календар.

- **Индивидуален стил**

Индивидуалният стил на общуване зависи от:

- ✓ възрастта на спортния педагог и спортистите;
- ✓ професионалното майсторство на спортния педагог;
- ✓ успеха и резултатите от спортната дейност;
- ✓ характера на тренировъчните натоварвания;
- ✓ личностните качества на спортния педагог и спортиста и др.

## ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Посочете някои често използвани във Вашия спорт експресивно-мимически и предметно-действени средства на общуване.
2. Анализирайте стила на общуване на Вашия треньор. Към кой от изброените спада? Обосновете отговора си.
3. Прочетете откъса от интервюто с Роджър Рашид (поместено във вестник „7 дни спорт“ от четвъртък, 1 май 2014) и отговорете на следните въпроси:
4. Кой е Роджър Рашид и за какво става въпрос в текста: коя от разгледаните проблематики е засегната? Обосновете отговора си.

*„Очевидно трябва да слушаш играчите. Как гледат на себе си, как гледат на играта си, как се отнасят към всичко. Трябва да си добър слушател. Не може просто да отидеш и да започнеш – трябва да направиш това, това и това, без да се замисляш какво минава през техните глави. Направиш ли го, резултатът едва ли ще е добър. ... Първо – трябва да слушаш. А след това трябва да имаш добра идея как да приложиш чутото и да знаеш какво искаш и как да го постигнеш. Да, понякога можеш да се наложиш, но принципно трябва да има общо съгласие.“*

## ТЕМА 2. ПРОФЕСИОНАЛНО-ЛИЧНОСТЕН МОДЕЛ НА СПОРТНИЯ ПЕДАГОГ

Една от най-важните социални характеристики на човека е неговата професия. Тя се реализира през по-голямата част от живота на човек, а именно професионалната дейност обхваща значителна част от съзнателния живот. Чрез нея личността изявява своите способности и качества. Професионалната дейност на човека определя и статуса му в обществото.

### Основни понятия:

- ✓ Професия
- ✓ Личностни качества
- ✓ Подготовка

### СЪДЪРЖАНИЕ НА ТЕМАТА

#### 1. Същност на професията „Спортен педагог“

Тази професия принадлежи към групата професии, при която се осъществява дейност с директна връзка човек – човек. Осъществява се в две разновидности – **учител по физическо възпитание** и **треньор по вид спорт**. Успешното упражняване на тези професии зависи не само от добрата подготовка, но и от наличието на определени професионално-личностни качества.

#### 2. Треньор по вид спорт

В Закона за физическото възпитание и спорта от 1996 г. в точка 22 на Допълнителните разпоредби (нова – ДВ, бр. 53 от 2000 г., предишна т. 21 – ДВ, бр. 50 от 2008 г.) е дадена дефиниция за треньор: „Треньор“ е спортен педагог по вид спорт, който организира и провежда спортно-тренировъчна и състезателна дейност със спортисти с различна квалификация“.

### АКЦЕНТИ \*\*\*

#### ➤ Производни понятия:

- ✓ спортнопедагогически кадри;
- ✓ спортнопедагогически специалисти;
- ✓ треньорски кадри – треньори и инструктори;
- ✓ тренировъчна дейност;
- ✓ треньорски услуги.

#### 3. Подготовка на спортнопедагогическите кадри/специалисти

Подготовката е в няколко направления и е необходимо овладяването на обширни и задълбочени знания:

- **Медико-биологично направление:** анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортна медицина, кинезитерапия, спортен масаж и др. Чрез овладяването на знания по тези учебни дисциплини се придобиват редица компетентности, необходими за по-качественото и безопасно практикуване на професията. Необходими знания и компетентности:
  - ✓ за устройството на човешкото тяло;
  - ✓ за протичането на основните жизнени процеси в тялото и настъпващите изменения в условията на усилена двигателна дейност, каквато се осъществява при спортуването, и др.;
  - ✓ профилактика на травматизма, правилно хранене и др.
- **Спортно-техническо направление:**
  - ✓ знания за спорта/спортната дисциплина;
  - ✓ знания и умения за техниката на изпълнение;
  - ✓ знания за тактиката;
  - ✓ добро познаване на състезателните правила; начини за класиране;
  - ✓ знания и умения за организиране на състезания, турнири и др.

- **Педагого-психологическо и методическо направление:** педагогика, психология, теория на спортната тренировка, теория и методика на физическото възпитание. Необходими знания и компетентности:
  - ✓ за същността на обучението и неговите специфични особености при овладяването на спортните дисциплини;
  - ✓ за същността на тренировката като педагогически процес;
  - ✓ за същността на тренировката като процес за развитие на двигателни качества и способности;
  - ✓ за ролята на спорта за възпитанието на личността;
  - ✓ за психическите процеси, състояния и качества и начина, по който се проявяват в условията на спортна дейност, и др.
- **Чуждоезикова подготовка.**
- Подготовка за използване и прилагане на **съвременни технически и информационни технологии.**
- **Общкултурна и хуманитарна подготовка.**

#### 4. Професионално-личностни качества

- **Педагогическа общителност** – това е способност за установяване на пълноценно и качествено общуване между треньор и спортисти.
- **Педагогическата наблюдателност** – това е способност за забелязване и на най-малките промени в поведението на спортистите.
- Емпатия.
- **Емоционална устойчивост** – това е способност за ефективно управление на различните психически състояния, проява на контрол на емоциите в учебно-тренировъчния и състезателния процес. Проява на въздържаност и самообладание.
- **Педагогическо творчество** – тази способност е необходима за създаването на оригинални, разнообразни и ефективни педагогически ситуации.
- **Педагогически такт, педагогически дълг, педагогическа чест и отговорност; педагогическа съвест.**
- **Справедливост и критичност.**
- **Професионален морал.**

#### АКЦЕНТИ \*\*\*

- Умения:
  - ✓ за планиране;
  - ✓ за предвиждане и прогнозиране;
  - ✓ организаторски;
  - ✓ ръководни и управленски;
  - ✓ комуникативни.

#### ВЪПРОСИ ЗА САМОПОДГОТОВКА

1. Анализирайте подготовката, качествата и уменията, които трябва да притежава съвременният треньор. Защо те са важни днес, през XXI век?
2. Прочетете последната версия на Закона за физическото възпитание и спорта.

## ТЕСТ 1

**ВЪПРОСИ ОТ РАВНИЩЕ „ЗНАНИЕ“  
ПО ТЕМА „ТРЕНИРОВКАТА КАТО ПЕДАГОГИЧЕСКИ ПРОЦЕС“**

1. Посочете кои от описаните са предмет на педагогиката:

- А) обучение
- Б) наставление
- В) възпитание
- Г) тренировка
- Д) образование
- Е) санкция

2. Посочете кой е обект на спортната педагогика:

- А) хората, които спортуват
- Б) само националните състезатели
- В) всички ученици, независимо дали спортуват
- Г) всички училища

3. Посочете с какво асоциирате понятието „МЕТОД“ (*възможен е повече от 1 верен отговор*):

- А) това е начин на изследване
- Б) това е пътят, по който решаваме поставените задачи
- В) това са тренировъчните натоварвания
- Г) това са упражненията

4. Стандартите за учебно съдържание са съобразени с възрастовите особености и двигателните възможности на обучаваните в различните степени на обучение. Отбележете правилните твърдения за структурата на образователната система в България:

- а) основна образователна степен – начален етап (I–IV клас)
- б) основна образователна степен – начален етап (I–V клас)
- в) основна образователна степен – прогимназиален етап (V–VIII клас)
- г) основна образователна степен – прогимназиален етап (V–X клас)
- д) средна образователна степен – първо равнище (IX–X клас)
- е) средна образователна степен – второ равнище (XI–XII клас)

5. Кое твърдение характеризира най-точно понятието „НАВИК“?

- а) автоматизирани действия, които се изпълняват бързо, точно и лесно при незначително напрежение от страна на съзнанието
- б) практически действия, които се изграждат върху основата на знанията и в резултат на многократни повторения

6. Къде са посочени основните етапи на обучение ?

- а) сензитивно възприемане на информация, осмисляне и обобщаване
- б) сензитивно възприемане на информация; осмисляне и обобщаване; затвърдяване на усвоените знания, умения и навици и прилагането им в практиката
- в) затвърждаване на усвоените знания, умения и навици и прилагането им в практиката

7. От първостепенно значение за успеха е и въпросът за *стила* на педагогическото взаимодействие. В педагогическата теория и практика се разграничават три основни стила. Всеки един от тях има своите предимства и недостатъци. Посочете верния отговор:

- А) авторитарен, либерален и демократичен стил
- Б) познавателен, учебен и тренировъчен стил
- В) начален, затвърждаващ и усъвършенстващ стил

8. От първостепенно значение за спортния успех е *стильът* на педагогическото взаимодействие. В педагогическата теория и практика се разграничават три основни стила. За кой стил на педагогическо взаимодействие се отнася посоченото твърдение?

*„Стремеж към единоначалие, вземане на еднолични решения относно методите и средствата за постигане на набеязани цели и задачи; налагане на виждания и изисквания във вид на категорични инструкции и указания; елиминиране инициативата на ученика, спортиста; често прибегване до резки забележки, заповеди, субективизъм при релациите в системата учител–ученик, треньор–спортист; използване на установени стереотипи на поведение и оценка.“*

**Отговор:** Това е характерно за ..... стил.

9. В процеса на спортното обучение и усъвършенстване разказът се използва сравнително рядко в „чист вид“. С кои методи най-често се съчетава? (*има няколко верни отговора*):

- А) обяснение
- Б) демонстрация
- В) лекция
- Г) беседа

10. Кои от посочените твърдения се отнасят за самовъзпитанието:

- А) това е процес на личностно усъвършенстване
- Б) това е процес на образование
- В) това е самостоятелно преодоляване на недостатъците
- Г) това е обучение под ръководството на педагог

## ВЪПРОСИ ОТ РАВНИЦЕ „РАЗБИРАНЕ“ ПО ТЕМА „ТРЕНИРОВКАТА КАТО ПЕДАГОГИЧЕСКИ ПРОЦЕС“

1. Отбележете само верните твърдения:

- а) при затвърдяването на придобитите знания, умения и навици решаващо значение имат процесите на паметта
- б) при възприемането на учебната информация основна роля имат усещанията, възприятията и представите
- в) затвърдяване на придобитите знания, умения и навици е последният етап на обучение
- г) прилагането на усвоените знания, умения и навици е последният етап на обучение

2. Отбележете към коя група методи спадат посочените

| ВИД          | МЕТОД |
|--------------|-------|
| разказ       |       |
| убеждение    |       |
| поощрение    |       |
| наказание    |       |
| демонстрация |       |
| упражняване  |       |
| обяснение    |       |
| внушение     |       |

3. Кой метод ще използвате в посочените педагогически ситуации?

- а) Когато трябва да се въздейства върху съзнанието, чувствата и волята на спортиста, за да се формират и усъвършенстват възгледите и личностните му качества а).....  
.....
- б) Когато трябва да се изрази отрицателна оценка по отношение на определени действия и постъпки на спортиста. Чрез него целите да отстраните нежелани личностни поведенчески изяви б).....  
.....
- в) При понижено волево, безкритично възприемане на информация, пасивна вътрешна съпротива. Използват вербални и невербални средства в).....  
.....
- г) Когато имаме понижено волево, безкритично възприемане на информация или при пасивна вътрешна съпротива използваме силата на подсъзнателните механизми г).....  
.....

4. Посочени са няколко определения за методи. Вие трябва да посочите за кой от методите се отнася характеристиката в точки А, Б, В и Г:

- А. Съзнателно и организирано въздействие върху съзнанието, чувствата, волята на ученика/спортист/група/клас./отбор за формиране, изменение и усъвършенстване на възгледи, отношения, личностни качества, модели на поведение
- Б. Метод за въздействие при понижено волево, безкритично възприемане на информация на една личност от друга при пасивна вътрешна съпротива
- В. Един от основните методи за коригиране на поведението с широко приложение в спортнопедагогическата практика. Допринася за утвърждаване и укрепване на положителните прояви у ученика/спортист, които служат като еталон, образец, модел за поведение
- Г. Метод, чрез който се изразява отрицателната оценка по отношение на определени действия и постъпки. Чрез него се цели да се отстранят или предотвратят нежелани, негативни личностни поведенчески изяви

**Отговор:**

- А) ..... Б).....
- В)..... Г).....

5. В съвременната система на спортното обучение широко приложение намират *класическите дидактически принципи*. Свържете всеки от посочените принципи с неговата характеристика:

Същността на принципа се изразява в непрекъснато обогатяване на сетивния опит. Този принцип в процеса на обучението осигурява непосредствено възприемане на изучаваните обекти и процеси

Принцип  
за достъпност

Този принцип отразява изискването за разбиране и осмисляне на необходимите знания, умения, навици, отношения, както и методите и средствата за успешно разрешаване на поставени пред тях задачи. Осигурява висока степен на готовност и мотивация за активни зани-

Принцип  
на съзнателност  
и активност

Този принцип изисква оптимално съответствие между съдържание, обем, структура, методи, форми, средства и физическите и интелектуалните възможности на обучаваните. От особено значение имат следните правила: преход от лесното към трудното; от известното към неизвестното; от простото към сложното

Принцип  
на нагледност

Този принцип отразява необходимостта от това знанията, на основата на които се формират двигателните умения, навиците, да се усвояват в определена логическа връзка и система

Принцип за  
системност и пос-  
ледователност

## ТЕСТ 2

**ВЪПРОСИ ОТ РАВНИЩЕ „ЗНАНИЕ“  
ПО ТЕМА „ТРЕНИРОВКАТА КАТО ПЕДАГОГИЧЕСКИ ПРОЦЕС“**

**1. Педагогиката е:**

- А) Наука за тренировките, лагерите и състезанията
- Б) Наука за обучението, възпитанието и образованието
- В) Наука за учителите, възпитателите и директорите

**2. Посочете вярното твърдение:**

- А) Достъпността в обучението означава леко, забавно обучение
- Б) Достъпността в обучението изисква постепенно увеличаване на трудностите
- В) Достъпността в обучението не се отнася до прилаганите методи от педагога

**3. Посочете кои от изброените НЕ са методи за възпитание:**

- А) убеждаване и личен пример
- Б) санкция и внушение
- В) разказ и наблюдение

**4. В съвременната педагогическа литература преобладава схващането, че развитието на човека е процес на създаване (формиране) на неговата личност под влияние на вътрешни и външни фактори. Посочете кои НЕ СА външни фактори:**

- А) членовете на семейната общност
- Б) средата – природната и социалната
- В) наследствеността

**5. Етапите, през които се преминава при реализирането на възпитателната дейност, са условни и с различна продължителност. Посочете последователността им във възходящ ред, като поставите цифрите от 1 до 3 в квадратчетата:**

- А) Етап на формирането на редица навици за съответното поведение
- Б) Етап на формиране на убеждения
- В) Етап на усвояване на знания от различни области

**6. Посочете за кой от методите на възпитание се отнася текстът:**

*„Този метод е съзнателно въздействие върху съзнанието, чувствата и волята на възпитаника за формиране и усъвършенстване на възгледи, убеждения, отношения, на личностните качества и моделите за поведение. Това означава да се постигне съгласие между позицията, мнението и желанието на спортния педагог и позицията, реакцията на възпитаника. Необходимо е възпитаникът да се съгласи с думите, аргументите и възгледите на своя треньор“.*

- А) внушение
- Б) убеждаване
- В) личен пример

7. Посочете кой метод на възпитание се осъществява чрез вербални (кратки изречения, например: Давай!, Ти можеш!, Не се отказвай!) и невербални средства (жестове и мимики):
- А) внушение
  - Б) убеждаване
  - В) личен пример
8. Посочете целта от прилагането на кой метод във възпитателната практика е възпитаниците да бъдат стимулирани, за да се формира устойчив тип поведение:
- а) убеждаване
  - б) наказание
  - в) поощрение
9. Процесът на самовъзпитание започва в резултат на съзнателен избор на личността. Вярно ли е твърдението, че външно то може да се провокира, да се стимулира и да се контролира:
- а) вярно
  - б) невярно
10. Посочете кои педагогически подходи се използват за справяне с агресията:
- а) разговори с ученици, учители и директори
  - б) забележка, мъмрене и санкция
  - в) превенция, интервенция и изграждане на общност

### ВЪПРОСИ ОТ РАВНИЩЕ „РАЗБИРАНЕ“ ПО ТЕМА „ТРЕНИРОВКАТА КАТО ПЕДАГОГИЧЕСКИ ПРОЦЕС“

1. В педагогическата теория и практика се разграничават три основни стила на педагогическо общуване. Посочете кои са те:
- А) авторитарен, либерален и демократичен стил
  - Б) познавателен, учебен и тренировъчен стил
  - В) начален, затвърждаващ и усъвършенстващ стил
2. Насоките на възпитателния процес са включени в съдържанието на възпитанието. Различете от посочените кои спадат към основните насоки (А) и кои към допълнителните насоки (Б) на възпитателния процес, като поставите съответната буква срещу всяка:
- | А) Основни насоки             | Б) Допълнителни насоки   |
|-------------------------------|--------------------------|
| • А) гражданско възпитание    | <input type="checkbox"/> |
| • Б) нравствено възпитание    | <input type="checkbox"/> |
| • В) интелектуално възпитание | <input type="checkbox"/> |
| • Г) трудово възпитание       | <input type="checkbox"/> |
| • Д) физическо възпитание     | <input type="checkbox"/> |
| • Е) медийно възпитание       | <input type="checkbox"/> |

3. Посочете какви видове биват средствата на педагогическото общуване в спортната дейност:

- а) силни и слаби
- б) вербални и невербални
- в) строги и справедливи
- г) тренировки и състезания

4. Посочете как се наричат правилата за добро поведение в социалните мрежи:

- А) ИНТЕРНЕТ
- Б) НЕТИКЕТ
- В) ТИК-ТОК
- Г) ФЕЙСБУК

5. Различете за кой стил педагогическо общуване се отнасят посочените в текста характеристики:

*„За този стил е характерно, че спортният педагог:*

- *взема еднолични решения, засягащи учебно-възпитателния процес*
  - *налага своите виждания и предявява сериозни изисквания към спортистите*
  - *не зачита мнението на спортиста*
  - *прави доста забележки“*
- а) авторитарен стил на общуване
  - б) либерален стил на общуване
  - в) демократичен стил на общуване
  - г) ситуативен стил на общуване

**ЛИТЕРАТУРА:**

Милева, Е. Теоретични основи на физическото и спортното възпитание. Авангард Прима, София, 2013.

Панайотова, Л. Педагогика. Теория на възпитанието. НСА, София, 1993.

Ценева, Е. Процесът на възпитание. В: Ръководство по теория на професиите в спортните училища (IX – XII клас). Първа част. София, 2015, с. 251-259.

Ценева, Е. Спортна педагогика. Информа, София, 1998.

Чавдарова-Костова, С. (съст.). Възпитанието (съдържателни и процесуални изменения). Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, 2016.

Чавдарова-Костова, С., В. Делибалтова, Б. Господинов. Педагогика, София, УИ „Св. Кл. Охридски“, 2008.