

## Двигателната адаптация на децата при решаване на образователните задачи по физическо възпитание и спорт през погледа на учителите в I клас

Стефан Базелков

**Motive adaptation of children in solving the educational tasks of physical education and sports from teachers view in I class:** *An analysis has been made of the quantity results from the survey among the teachers teaching first graders. The questions are made to define the organization and the content of educational process in physical education and sports in the primary stage of the educational degree.*

**Key words:** *adaptation, educational cores, moving activity, moving acts*

Подготовката на детето за училище не се състои само в неговото умствено развитие, в информацията, която притежава, а обхваща неговото цялостно развитие и всестранна подготовка.

Готовността на детето за училищно обучение означава да се създават онези психически качества и да се усвоят такива знания и умения, които са необходими за успешното обучение в началното училище. Това се налага от специфичния характер на учебната дейност за разлика от играта и новото място, което заема детето в обществото, тръгвайки на училище.

В тази връзка проблемът за училищната зрелост на детето е водещ при решаването на редица въпроси, свързани с неговото развитие и успешно обучение в училище.

Много често трудностите в обучението са трудности в адаптацията. Обучението протича по-леко, когато организмът притежава функционална готовност към дадени условия. При "незрелите", според физиологичните и психологичските показатели, деца фазата на декомпенсация в процеса на адаптация е изразена особено отчетливо.

Това се потвърждава и от редица експериментални данни. Затова и в почти цял свят задължително или масово се извършва диагностика на училищната годност на децата преди постъпването им в училище, а дори и 1-2 години преди това, за да може своевременно при нужда да се предприеме коригираща или стимулираща медико-педагогическа работа.[2,6,11,14]

В сложния процес на търсене на най-рационалните пътища и средства за подготовка на подрастващите и превръщането им в субект в процеса на обучение, физическата култура има решаваща роля. Това особено важи за децата от предучилищна възраст и тези от I-III клас. Приемствеността в учебния процес по физическо възпитание и спорт между детската градина и началното училище трябва да се търси в следните три аспекта – здравно-функционален, потребностно-мотивационен и личностен. Това налага единен педагогически процес и задължителна приемственост между съдържанието, формите и методите на физическото възпитание в детските градини и началното училище. Следва да се разбира, че е необходимо програмното съдържание и формите в училище да дават възможност за постигане на развиващ ефект на базата на вече постигнатото в детската градина. Необходимо е също така да се осъществява спираловидност в развитието на детето и най-вече за създаване на двигателните му умения, навици и качества [8,9,11,13].

Физкултурната дейност в детската градина, на базата на комплексно-интегрален подход, съчетан с целенасочена словесно-разяснителна работа и мотивация за двигателната дейност, подпомага придобиването на знания, създаването на двигателни и умствени способности. Тези знания в значителна

степен могат да благоприятстват преминаването им от детските градини в училището.

За целта педагогическият процес по физическо възпитание и спорт трябва да се отличава с една добра организация, да бъде ръководен с педагогическо майсторство, със словесно-разяснителна работа на високо ниво. С комплексното си въздействие върху психомоториката на децата, детските педагози осъществяват на практика приемствеността между детската градина и началното училище.

Става ясно, че състоянието на физическото развитие, физическата дееспособност и емоционалната нагласа са лимитиращи фактори за осъществяване на оптимална двигателна активност в първи клас.

**Целта** на изследването е да се проучи отношението на учителите и възможностите им за решаване на образователните задачи и адаптирането на децата към двигателната активност по физическо възпитание и спорт.

**Предмет** на изследването са факторите и условията, които в различна степен и сила влияят върху адаптацията на децата в прехода към първи клас.

**Обект** на изследването са 30 учители от началния етап на основна образователна степен но СОУ. За решаване задачите на изследването използвахме методика включваща: метод на теоретичния анализ и синтез и метод за сбор на данни – анкета. Анкетата съдържа 15 въпроса, насочени към проучване отношението на учителите към степента на подготовка на учениците от първи клас по дисциплината физическо възпитание и спорт, към настоящите учебни програми, към съществуващите затруднения на учениците, приемствеността между детската градина и началното училище, влиянието на физическото възпитание и спорта върху здравословното състояние на учениците, любимите им дейности, както и двигателните навици и умения, които усвояват децата.

**Анализ на резултатите** Въпросите от анкетното проучване с началните учители имаха за цел да осветлят въпроса за двигателната адаптация на децата в първи клас. Според анкетираните учители, затруднения по физическо възпитание и спорт като цяло съществуват за половината от първокласниците, като за 33% те са частични, а за 16,7% са по-фундаментални. Най-големи затруднения учениците срещат в ядрото гимнастика (60%). Организацията на работата в урока по физическо възпитание и спорт изисква изпълнение на упражнения от основната гимнастика и гимнастически упражнения близки до спортната гимнастика, които изискват точност на движенията, точно изпълнение на команди, умения за движение на тялото в пространството, което създава известни затруднения. Това изисква по-голямо умение от страна на учителите при реализиране на учебното съдържание в ядрата лека атлетика и гимнастика. Не е удачно уроци по физическо възпитание и спорт в първи клас независимо от това, че темата е гимнастика и лека атлетика да бъдат без игрова дейност. Игрите могат да се използват в тези уроци като средство за организация, вработване, развиване на двигателни качества, както и за разучаване на определени двигателни действия.

Подвижните игри са любимата дейност на учениците (63,3%) и е удачно да се използват като средство за решаване на образователните възпитателните и оздравителните задачи. Втората любима дейност на учениците според учителите е изпълнение на физическо упражнения с музикален съпровод – ритмика и танци. Това допълнително ядро не е необходимо да се използва само като такова, а и в съчетание с “по-непривлекателните” дейности в първи клас – лекоатлетическите и гимнастическите упражнения.

Приемствеността между отделните степени и класове според отговорите на четвърти и пети въпрос е различна. Веднъж свикнали с учебната организация децата по-бързо се адаптират към втори клас (66,7%), докато приемствеността между детската градина и първи клас е по силите само на 40% от децата.

По отношение на обема на урочната дейност по физическо възпитание и спорт 43% от анкетираните смятат, че той е достатъчен. 23,3% са на мнение, че хорариума може да се завиши. Това ни дава основание да препоръчаме урочните занимания да бъдат насочени освен към изпълнение на учебното съдържание, но и към възпитаване на учениците към самостоятелно изпълнение на физически упражнения в свободното време. Планирането на учебното съдържание в първи клас не би трябвало да се съобразява с половите различия на децата. Това потвърждават 50% от анкетираните учители. Другите отговори на този въпрос се отнасят по скоро до индивидуалните особености на учениците.

Твърде разнопосочни за отговорите по отношение на оценката на настоящите учебни програми. 1/3 смятат, че те отговарят на съвременните изисквания, почти толкова, че имат нужда от усъвършенстване, а останалите, че това не е тяхна работа. Двигателните дейности в първи клас са разнообразни по отношение на сложност и натоварване. Правилното усвояване на учебния материал според 80% от учителите зависи от методиката на преподаване и предварителната подготовка на учениците. Оценката на резултатите за повечето учители е добра. Тревожен е факта, че нито един учител не е посочил отлична оценка. Това показва, че има известно разминаване между реални резултати и количествена оценка на успеваемостта на учениците.

Според повечето от половината анкетирани учители учениците като цяло все повече се обездвижват (56,7%), само 10% са на мнение, че двигателната активност се увеличава. Това изисква от учителите да използват вариативния метод и да разнообразяват отделните двигателни дейности. 60% от тях използват в максимална степен разнообразни упражнения и игри.

Двигателната адаптация като цяло е в зависимост от точното усвояване на пространствените, времевите и силови характеристики на двигателните действия. 63,3% от анкетираните смятат, че това е постижимо само при простите движения. Като частичен извод можем да посочим, че усвояването на сложните двигателни действия би се улеснило, ако в по-голяма степен се използва различения метод на обучение. Като разновидност могат да се използват и различни алгоритмични предписания, които са част от методите за интелифициране на обучението.

## ИЗВОДИ

1. Литературният обзор разкри, че ниската двигателна активност е широко разпространена. Такава диспропорция се наблюдава още в първи клас когато се извършва цялостно преустройство на начина на живот на детето. Този период на обездвижване на децата представлява нарушено равновесие между двигателната и умствената дейност и поражда биологична потребност от регламентирани занимания с физически упражнения.

Съзнателната двигателна активност според нас би създала възможности освен за задоволяване на двигателната потребност, но и за пълноценно социално общуване и взаимодействие в детския колектив.

2. Анализът на резултатите от анкетното проучване с учителите от начален етап на основна образователна степен разкри, че най-големи затруднения при адаптацията на децата в първи клас създават регламентирани дейности със специфична организация и строеви команди. Възрастово-половите особености на децата не създават пречка при овладяването на учебното съдържание. За по-доброто разбиране на характеристиките на упражненията е необходим специален педагогически такт.

Разработването на подходящи модели за двигателна адаптация на децата в първи клас според нас биха съдействали за неутрализирането на обездвижването и биха улеснили усвояването на сложните двигателни действия от програмното съдържание в първи клас.

Разпределение на отговорите от анкетно проучване с начални учители

Съществуват ли затруднения по ФВ и спорт у учениците в I клас?	Да 5 бр. 16,67%	Не 15 бр. 50%	Понякога 10 бр. 33,33%	Не мога да преценя 0 бр. 0%			
По кое ядро учениците срещат най-много затруднения?	Гимнастически упражнения 18 бр. 60%		Лекоатлетически упражнения 11 бр. 36,67%	Игри 1 бр. 3,33%			
Кои са любимите дейности на учениците?	Подвижни игри 20 бр. 63,33%	Гимнастика 6 бр. 20%	Лека атлетика 0 бр. 0%	Туризъм 5 бр. 16,67%	Ритмика и танци 6 бр. 20%	Контролни упражнения 0 бр. 0%	Водни спортове 1 бр. 3,33%
Съществуват ли приемственост между ЦДГ и началното училище по ФВ и спорт?	Да 12 бр. 40%	Не 8 бр. 26,67%	Отчасти 8 бр. 26,67%	Не мога да преценя 2 бр. 6,66%			
Има ли приемственост между I и II клас по ФВС?	Да 20 бр. 66,67%	Не 1 бр. 3,33%	Отчасти 8 бр. 26,67%	Не мога да преценя 2 бр. 6,67%			
Достъчен ли е обема по ФВС от знания, умения и навици, които учениците трябва да усвоят в I клас?	Да 13 бр. 43,33%	Не 7 бр. 23,33%	Учениците претоварени 5 бр. -16,67%	са Не мога да преценя 5 бр. - 6,67%			
Съществуват ли полови различия между учениците в I клас, които оказват влияние върху физическите им дейности?	Да 9 бр. 30%	Не 15 бр. 50%	Понякога 6 бр. 20%				
Смятате ли, че настоящите учебни програми по ФВС отговарят на съвременните изисквания?	Да 9 бр. 30%	Не 8 бр. 26,67%	Не мога да преценя 4 бр. 13,33%	Не знам това са управленски въпроси 9 бр.-30%			
Съществува ли неразбиране от страна на учениците при обясняването на физическите дейности?	Не - всичко зависи от методиката на преподаване 16 бр. 53,33%	Да – дейностите са много сложни за тази възраст 6 бр. 20%	Всичко зависи от предварителната подготовка на учениците 8 бр. 26,67%				
Как оценявате резултатите, които показват учениците по ФВ и спорт в I клас?	Незадоволи-телни 2 бр. 6,67%	Задоволи-телни 7 бр. 23,33%	Добри 12 бр. 40%	Много добри 9 бр. 30%	Отлични 0 бр. 0%		
Оказва ли влияние двигателната дейност в часовете по ФВ и спорт върху здравословното състояние на учениците?	Да 14 бр. 46,67%	Не - хигиенните условия са лоши 10 бр. 33,33%	Не – децата често боледуват 6 бр. 20%				
Наблюдава ли се усъвършенстване на двигателните навици на учениците при системно занимаване с двигателни дейности?	Да – в края на учебната година 15 бр. 50%	Да – в края на съответното ядро 8 бр. 26,67%	Само в определени дейности 4 бр. 13,33%	Не - учениците срещат затруднения 3 бр. - 10%			
Какво е мнението ви за обездвижването на учениците от I клас през последните години?	Децата все повече се обездвижват 17 бр. 56,67%	Няма промени 10 бр. 33,33%	Наблюдава се все по-голяма двигателна активност 3 бр. 10%				
Използвате ли вариативността и разнообразието при различните двигателни дейности в I клас?	Следвам точно учебната програма 8 бр. 26,67%	Използвам максимум разнообразие в урока 18 бр. 60%	Само при отделни дейности 4 бр. 13,33%				
Формират ли се у учениците точни представи за пространствените, времеви и силови характеристики на двигателните действия?	Само в простите движения 19 бр. 63,33%	Затрудняват се при определени дейности 8 бр. 26,67%	Винаги 3 бр. 10%				

## ЛИТЕРАТУРА

- [1]. Алипиева, В. Методически указания по физическа култура I-III клас на единното средно политехническо училище. С. 1986.
- [2]. Батоева, Д. Адаптацията на децата към обучение, С. 1983.
- [3]. Базелков, С. Моделиране на обучението по спортни игри в началния етап на основна образователна степен, Шумен, 2007
- [4]. Гарагунис, В., З. Аркчийски. Развитие на способността за управление на движенията в начална училищна възраст, С., Спорт и наука, кн.3, 2006.
- [5]. Григорова, Цв. По проекта за Държавните образователни изисквания (стандарт), за учебния предмет "физическо възпитание и спорт", С., Спорт и наука, кн.1, 1997.
- [6]. Димитров, Л., С. Базелков. Състояние, проблеми и перспективи за физическото възпитание и спорта в основна образователната степен – 1 – 4 клас. – С., Съвременни тенденции на развитие на физическото възпитание и спорта в българското училище и спорта, 2002.
- [7]. Димитрова, Б., Д. Колева – Понятиен апарат в държавните стандарти за предмета "физическо възпитание и спорт" в общообразователните училища в България, С., Спорт и наука, кн.3, 2002.
- [8]. Държавни образователни изисквания (стандарт) за учебния предмет "физическо възпитание и спорт", С., Спорт и наука, кн.10 – 12, 1996.
- [9]. Кенеман, А. Теория и методика на физическото възпитание в детските градини С., 1974.
- [10]. Максимов, Цв., А. Момчилова. Теория и методика на физическото възпитание – Русе, 1991.
- [11]. Момчилова, А. Планиране на работата по физическо възпитание и спорт 1-4 клас, РУ "Ангел Кънчев", Русе, 2004.
- [12]. Николова, М., П. Кутинчева и др. Държавните образователни изисквания по физическо възпитание и спорт – анализ, реализация и перспективи в начална училищна възраст, С., Спорт и наука, кн.4, 2004.
- [13]. Попов, И. Методика на учебно-възпитателната работа по физическа култура 1-3 клас, С., 1989.
- [14]. Рачев, Кр., В. Маргаритов. Двигателни качества в началната училищна възраст. С., 1995.
- [15]. Факирска, Й., Р. Миянкова, Предучилищното възпитание в развитие страни., С., 1994.

### За контакти:

Доц. д-р Стефан Базелков, Катедра „ТМФВ и спорт“, ШУ "Епископ Константин Преславски", тел.: 054830357

**Докладът е рецензиран.**