

Сравнителен анализ на интелектуалните параметри на 10-годишни ученици, активно занимаващи се с лека атлетика и с футбол

Петя Пенева, Камен Симеонов, Сияна Владимирова

Abstract: *The high level of the psychological preparation is one of the priority factors for better sports result, which contribute maximum realization of learned technique and raise the level of the general and special preparation. Its function are mainly connected with psychological intervention – control of the psyche end motivated preparation, management and development of the cognitive strategies.*

We try to make a comparative analysis of the received results for the intellectual parameters of 10-old students training football and track-and-field athletics. It is the main aim of this paper. The received results in the end of researched period show positive effect of the application some different methods and means in training process.

Key words: *track-and field athletics, football, 10-years old students, psychological preparation, self-control, self-performance, physical development.*

ВЪВЕДЕНИЕ

Съвременния начин на живот изисква силни и високо развити личности. Заниманията със спорт и участието в състезания са преди всичко изява и изпитание на личността – фиксиране на уникалността. При това личност – способна на висока самоизява и самореализация в определен период, при определени условия. Личността е това, което подрежда и съгласува различните видове индивидуално поведение.

Психическата подготовка представлява система от необходими и целенасочени въздействия върху психичните процеси, състояния и особености на личността в процеса на цялостния учебно-възпитателен процес в началното училище.

Настоящото изследване прави опит за сравнителен анализ на интелектуалните параметри (волевото внимание) на 10-годишни ученици, активно занимаващи се със спортовете футбол и лека атлетика.

ИЗЛОЖЕНИЕ

За реализиране целите и задачите, както на физическата, така и на психологическата подготовка на малките ученици и тяхната успешна изява на състезания, е необходимо тренировъчния процес по различните видове спорт да се организира така, че да е съобразен с възрастовите им особености, техните потребности, интереси и нагласи [1,2,3,4]. Децата трябва да са вътрешно мотивирани, да посещават и активно да участват в тренировките по избрания вид спорт. Както знаем мотивацията е главен движещ фактор и естествен източник на енергия. По този начин на базата на естествения стремеж на учениците към двигателна активност и целесъобразния подбор на разнообразни средства и методи за реализация на обучението по лека атлетика и футбол, се създават обективни условия за физическото, интелектуалното и социално-нравственото им развитие.

Целта на настоящото проучване е да се установи нивото на интелектуалните параметри на 10-годишните ученици, чрез специално подбрани тестове и ефекта от приложението на различните средства и методи на работа в изследваните групи.

Задачи:

1. Анализ на съществуващата литература по проблема.
2. Установяване нивото на интелектуалните параметри на 10- годишните ученици, чрез специално подбрани тестове.
3. Разкриване влиянието на различните методики върху интелектуалните параметри на учениците трениращи лека атлетика и футбол.

Трансверзалният експеримент е реализиран през учебната 2006/2007 г., с ученици от УСШ, гр. Русе. Обект на изследването са 52 момчета активно занимаващи се със спорт, разделени в две изследователски групи. В I изследователска група 26 броя активно занимаващи се с лека атлетика и II изследователска група 26 броя активно занимаващи се с футбол.

За събиране на информация и отчитане на промените, настъпили в развитието на волевото внимание на 10-годишните ученици, вследствие на системните занимания с лека атлетика и футбол, използвахме следните добре познати тестове:

1. “ Колебание на вниманието ” [брой числа], К. Платонов, (1989). Тестът се изпълнява на групи по 4 човека. На бял лист с големина А4 има написани числа от 1 до 90, които разпръснато са разположени и са с различна големина на шрифта. При сигнал от треньора състезателите започват последователно да търсят предварително определените числа. След като открият числото го задраскват с кръстче. Целта е за 3 мин. да бъдат намерени повече числа. Отчита се броя на задрасканите числа.

2. “ Устойчивост на вниманието ” [брой числа], К. Платонов, (1989). Тестът се изпълнява на групи по 4 човека. На бял лист с големина А4 е очертан правоъгълник от ляво и от дясно с 25 квадратчета. Между тези квадратчета в правоъгълника има преплетени линии, като квадратчетата отляво са номерирани последователно от 1 до 25. Трябва да бъде проследен пътят на линиите от номерираното към неномерираното квадратче и съответно да бъде отбелязан номерът в празното квадратче. Целта е - за 3 мин., колкото се може повече линии да бъдат проследени и отбелязани в празните квадратчета. Отбелязва се броя на вярно проследените линии попълнени в квадратчетата.

3. Тест “ Индекс за превключване на вниманието ” [сек], Б. Минчев, (2000). Той включва три етапа. В средата на бял лист с големина А4 е очертан правоъгълник с общо 18 цифри. Девет от цифрите са в червен цвят, а останалите девет в черно. При сигнал състезателят започва да задрасква последователно цифрите, които са от 1 до 9 само в червено. Засича му се времето. След което се преминава към втория етап. Дава се втори лист със същите параметри. При втория сигнал от треньора състезателят започва да задрасква последователно цифрите от 1 до 9, които са само в черно. Засича се времето. След това се преминава към третия етап. След сигнал от треньора състезателят започва последователно да задрасква числата първо в червено, а след това в черно. Засича се времето. Накрая се изчислява индекса за превключване на вниманието (К), по формулата $K = T_3 - (T_1 + T_2)$, където T_1 – времето на първия етап; T_2 – времето на втория етап; T_3 – времето на третия етап.

На таблица 1 са представени промените в резултатите от изследването на интелектуалните параметри.

Както ясно се вижда и от диаграмата на фигура 1, реализиран е положителен прираст и в двете изследвани групи. Той обаче не е еднозначен.

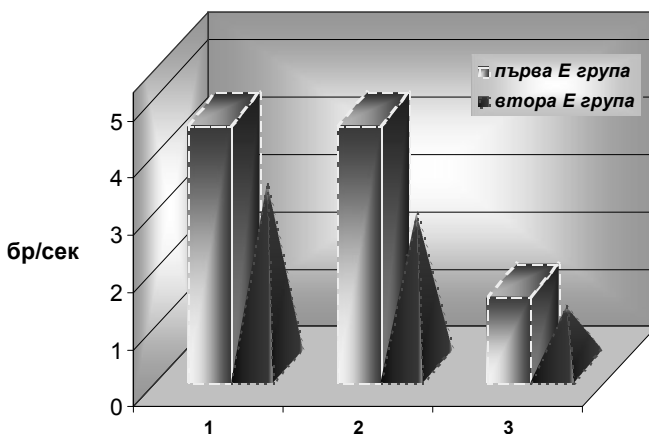
Установените по-добри резултатите от изследването на колебанието на вниманието разкриват, че 10- годишните ученици, активно занимаващи се с лека атлетика, реализират абсолютен прираст в размер на 4.50 броя, $P_t = 0.90$, докато връстниците им, трениращи футбол регистрират подобрене на този показател едва с 2.67 бр.

Таблица 1
Промени на резултатите от изследването на интелектуалните параметри при 10-годишните момчета

Групи	Показатели	Начални данни				Крайни данни				t	F
		X ₁	mX ₁	S ₁	V ₁ %	X ₂	mX ₂	S ₂	V ₂ %		
Първа Е гр.		7.33	0.56	1.37	18.63	11.83	0.60	1.47	12.44	.50	.90
		9.17	0.79	1.94	21.17	13.67	0.84	2.06	15.11	.50	.99
		6.38	0.12	0.31	4.65	4.88	0.29	0.72	14.68	.50	.99
Втора Е гр.		6.00	0.52	1.26	21.08	9.20	0.73	1.79	22.36	.20	.98
		9.83	0.48	1.17	11.89	12.50	0.56	1.38	11.99	.67	.90
		6.95	0.15	0.36	0.15	5.91	0.13	0.31	5.28	.04	.95

Показатели: 1. Тест за устойчивост на вниманието, (бр. верни числа за 3 мин.). 2. Тест за разпределеност на вниманието, (бр. открити последователни числа за 3 мин.). 3. Тест „Индекс за превключване на вниманието“, (сек).

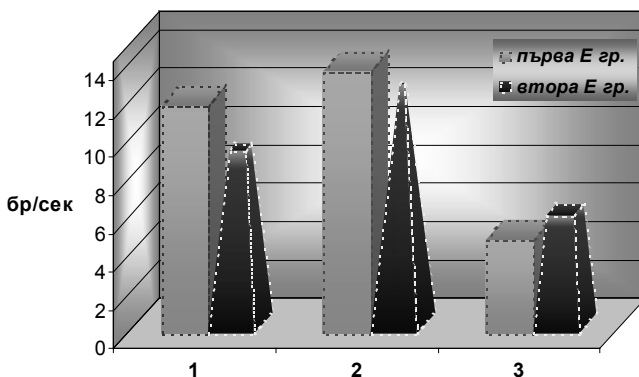
Отчитането на по-добрите стойности на изследвания показател при учениците от първа експериментална група се дължи на използваната методика на обучение и промяната на условията, в които се провеждат лекоатлетическите тренировки. Вследствие на това се подобрява способността им за ориентиране в пространството, времето, координацията на движенията, усъвършенства се чувството им за темп и ритъм.



Фиг. 1. Прираст в резултатите от изследването на вниманието на 10-годишните ученици

Показатели: 1. Устойчивост на вниманието, (бр. верни числа за 3 мин.). 2. Разпределеност на вниманието, (бр. открити последователни числа за 3 мин.). 3. „Индекс за превключване на вниманието“, (сек).

Получените резултати от изследването на устойчивостта на вниманието показват, че подрастващите лекоатлети са подобрили постиженията си с 4,50 броя, фиг. 1. При учениците, трениращи футбол също има подобрене, но то е едва 3,20 броя. По-добрите резултати в групата, активно занимаваща се с лека атлетика се дължат на приложената от нас иновационна програма от специално подбрани лекоатлетически упражнения, подходящи за изпълнение в природна среда. Повишава се интереса на трениращите към лекоатлетическите упражнения, тяхната мотивация, активност и съзнателното им участие в учебно-тренировъчния процес. В резултат на което се подобрява в по-голяма степен устойчивостта на вниманието им, отколкото в групата на футболистите.



Фиг. 2. Сравнителни крайни данни от изследването на вниманието на 10-годишните ученици

Показатели: 1. Устойчивост на вниманието, (бр. верни числа за 3 мин.). 2.

Разпределеност на вниманието, (бр. открити последователни числа за 3 мин.).

3. „Индекс за превключване на вниманието“, (сек).

Аналогични са и резултатите получени от изследването на превключването на вниманието на 10-годишните активно спортуващи ученици, отразени в таблица 1 и графично изобразени на фигура 1 и 2. Отново по-добри постижения в изследвания показател са регистрирани при учениците от първа експериментална група, които имат индекс за превключване на вниманието в края на изследвания период $K = 4,88$ сек. , като размера на регистрирания отрицателен прираст е 1,50 сек., $Pt = 0,99$. При момчетата от втора експериментална група в края на периода $K = 5,91$ сек. Абсолютният прираст е 1,04 сек., $Pt = 0,95$.

От диаграмата на фигура 2, графично изобразяваща сравнителните крайни данни от изследването на вниманието на 10-годишните ученици, активно занимаващи се с лека атлетика и футбол, ясно се виждат по добрите постижения на момчетата от първа експериментална група в края на изследвания период.

По време на педагогическия експеримент в продължение на една учебна година приложихме експериментална методика с използване на специално подбрани лекоатлетически упражнения за изпълнение в природни условия в тренировките с учениците от експерименталната група. Получиха се интересни за теорията и практиката резултати, доказващи изразената от нас хипотеза. При анализа на стойностите на параметрите, характеризиращи волевото внимание на занимаващите се с лека атлетика и футбол, можем да обобщим, че вследствие на провеждането на една част от тренировките сред природата учениците от първа изследователска група бележат по-високи резултати.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Учениците от първа експериментална група подобриха значително не само нивото на физическата си дееспособност, техническото изпълнение на лекоатлетическите упражнения, но и стойностите на параметрите, характеризиращи волево им внимание. Което е резултат от разработената и приложена от нас методика за провеждане на заниманията с лека атлетика. Абсолютния прираст на постиженията и при двете експериментални групи бележи повишение, което не е еднозначно. Стойностите му са по-високи в първа изследователска група в сравнение с тези на втора изследователска група.

Получените резултати от трансверзалния експеримент, представени в обобщен вид в началото и края на изследването, характеризират психофизическата готовност на изследваният контингент активно спортуващи ученици. Те имат съществено значение за подбора на средствата и методите в учебно-тренировъчния процес по лека атлетика и футбол, в съответствие с възможностите на обучаваните и желанието им за по-нататъшно развитие и постигане на по-високи резултати в избрания вид спорт.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Адриади, И. П. Основи педагогического мастерства, М, Академа, 1999.
- [2] Атанасов, А. Самоконтролът и знанията за него – важно място в учебния процес по физическо възпитание, “Въпроси на физическата култура”, С., № 9, 1994.
- [3] Бонева, Г. Ролята на учебната дейност за формиране на основните психични новообразования – рефлексия, планиране и анализ у учениците, Начално образование, бр. 4, 2004.
- [4] Бъчваров, М. Лека атлетика, С., Нови знания, 1999.
- [5] Минчев Б. Ръководство за изследване на детето I част, С., Веда Словена, 2000
- [6] Платонов К. Занимателна психология, Н. Просвета, С., 1989

За контакти

Петя Пенева – докторант, Катедра ФВС на ФПНО, РУ”Ангел Кънчев” - Русе,
E- mail: penevapetia@abv.bg
Камен Симеонов – асистент, Катедра ФВС на ФПНО, РУ”Ангел Кънчев” - Русе,
E- mail: simeonov.kamen@abv.bg
Сияна Владимирова – магистър, преподавател в ОУ”Любен Каравелов” - Русе

Докладът е рецензиран