

Интерактивните методи за комуникация в обучението по физическо възпитание и спорт - фактор за двигателно развитие на подрастващите

Антоанета Момчилова

Interactive methods of communication in teaching physical education and sport: This article discusses various aspect of using interactive teaching methods in lesson in physical education and sport in primary school age. Tu disclose their positive role in improving the physical fitness of adolescents.

Key words: *physical ability, physical education and sport, Interactive methods.*

ВЪВЕДЕНИЕ

Комуникацията е жизнено важна за всеки човек. Способността да се предават информация или инструкции ясно и конкретно и по начин, по който да бъдат лесно разбрани, определя успехът от дейността. Помага за изчистване на проблемите, за планиране хода на действията и вземане на позитивни решения. Тя докосва всяка сфера от живота ни. И все пак комуникацията е силно подценяван и необмислен актив в съвременния свят, което често води до неблагоприятни резултати. Не случайно Р. Дени подчертава, че проблемите на света не могат да бъдат разрешени, ако отделните личности не комуникират [1,2].

Децата днес имат по-малко възможности за комуникиране, отколкото в миналото. В училище са под напрежение при овладяването на необходимите знания по различни дисциплини. У дома много от тях се хранят пред телевизора или компютъра в повечето случаи сами, а след това се подготвят за училище и прекарват няколко часа пред компютъра. *Вярно е, че и телевизията, и компютъра благоприятстват комуникацията.* Мрежата и електронната поща разбира се са голяма ценност и имат широка употреба, но сме убедени, че само те не са достатъчни. Като резултат учениците стават все по-интровертни, имат по-малко желание за споделяне на мисли, чувства и емоции. Нещо повече - не намират време за приятели, нямат желание за разговори с родителите. Всичко това вреди на много позитивни взаимовръзки, необходими за правилното им личностно развитие.

Неоспорим факт е, че обучението е немислимо без комуникацията. Неточно е широко разпространеното схващане, че знанието е сила. То е потенциална сила, защото е важно как го използваме или как го предаваме на останалите. Един добър педагог, който може да предава ефективно фактите, идеите, теоретичните и практическите знания по дадена дисциплина чрез комуникация, ще възпита добри ученици. ***Но има и още нещо изключително важно – това е той да ги научи как да предават и споделят своите знания, мисли и опит със съучениците си, и другите комуникирайки си в процеса на дейността*** [2,5].

Добрата комуникация с другите е умение, което успешните ученици са овладели. Тъй като успехът им зависи от входящата информация, следва да се подчертае, че добрите комуникативни умения се превръщат в жизненоважна съставка от тяхната същност.

ИЗЛОЖЕНИЕ

Целият обем от възможности на човека в сферата на общуването се определя като негова комуникативна компетентност. Тя има сложен характер и се състои от компоненти, които в реални ситуации съпътстват актовете на общуване на отделната личност. *През последните години проблемите с общуването се очертават като най-актуални в различните сфери на социалния живот в това число и в обучението по физическо възпитание и спорт.*

В процеса на общуване учениците получават информация за техниката на изпълнение на изучаваните двигателни действия, обменят мисли, ценности, позиции, изграждат потребностно-мотивационната си сфера, личностни качества, богата гама от чувства и преживявания. Чрез него се осъществява познавателната и двигателната подготовка на обучаваните

Междulichностната комуникация в урока по физическо възпитание и спорт в началното училище изисква специално внимание, защото двигателната дейност се реализира в тясно сътрудничество с околните. То е необходимо за постигане на целите и задачите на обучението. Сложността на процеса на общуване в урока е детерминиран от редица фактори. Сред тях особено значение имат: броят на учениците, техният пол, индивидуалните възрастови, личностни особености и различия на обучаваните. Ето защо общуването е по-просто в еднотипни по пол групи в сравнение със смесените. [3,4].

Всъщност взаимодействието в “диада”, при това от един пол е най-обикновения модел на общуване в процеса на двигателната дейност в начална училищна възраст поради наличието на:

- **Динамичен характер на дейността** и комуникативните роли в системата комуникатор – реципиент.

- **Недостатъчна комуникативната компетентност** на учениците във взаимодействието, свързана с липса на умения за установяване на контакти.

- **Нееднозначна разбираемост** на информационните послания от страна на всички участници във взаимодействието, което е предпоставка за създаване на атмосфера на скованост, недоверие, отчужденост, възникване на противоречия и конфликти.

- **Ниска потребност** от общуване и разбиране на другите.

- **Затруднения** при декодиране на информацията.

- **Емоционална нестабилност**, съпътствана често пъти с агресия.

Резултатното провеждане на учебния процес зависи до голяма степен от умелото съчетаване на вербалния и невербалния канал на комуникиране както от спортния педагог с учениците, така и между самите тях. Отнася се до приложението на интеграционен модел на комуникация, включващ речта и невербалните компоненти.

Известно е, че основно средство при вербалното общуване е словото като универсална човешка характеристика, най-точният и ефективен инструмент за взаимодействие (обмен на информация, предаване и усвояване на двигателния материал). В урока по физическо възпитание и спорт се използват специфични речеви средства на комуникация, детерминирани от факторите: вариативност и динамична сложност на двигателните ситуации, голям брой участващи ученици; различна ефективност на груповите взаимодействия по време на различни игри (подвижни, спортни, спортноподготвителни, щафетни и други), самооценка за индивидуалния принос в определена ситуация; зависимост на формите на общуване от подтискащото влияние на някои негативни преценки от страна на съученици, спортен педагог, условия за игра и други. . [4,5].

Всичко това налага специфично моделиране не само на формите на общуване, но и на комуникативните елементи в урока по физическо възпитание и спорт:

- **Едновременност и последователност** на общуването в различните ситуации;

- **Своевременност и адекватност** на комуникативната активност и партньорство;

- **Информационна ползност** на общуването и емоционална адекватност относно изхода от дадена ситуация;

- Външна форма на **спортсменство** при общуването със съучениците и други.

В учебния процес особена комуникативна значимост имат невербалните средства, които изразяват двигателната или кинестетичната активност на човешкото тяло. Общуването се осъществява чрез различни експресивно-мимически движения. Изразните средства се характеризират с конкретност и пестилитост, при това със значителен обем от информация. Най-често използваните невербални средства са различните жестове с ръцете за: одобрение и неодобрение; информационно подпомагащи двигателните действия на учениците; антиципиращи жестикулативно по време на игра (уточняващи действията на противников играч) и жестове на емоционална реакция. Мимиките са по-дискретна категория реакции. В случаите, когато са придружени от жестове те са емоционално свързани и отразяват едновременно психическото състояние на ученика и поведението му в определена ситуация на учебния процес. [9,10].

Предметно-действената комуникация, носеща информация за готовността за участие и активност в процеса на обучение, заема съществено място сред моделите за невербално общуване. Всички невербални средства са "индикатор" за психическите състояния на ученика, за преживяваните чувства и емоции в процеса на дейността.

Интерактивните методи за комуникация в обучението по физическо възпитание и спорт в началното училище са ориентирани към целите на образователната промяна и са основани на едновременното получаване на знания, формирането на двигателни умения и навици. Учениците се поставят в ситуации, в които могат да си взаимодействат и след това да обсъждат съвместно проблеми в хода на двигателната си дейност. [4,5,6,7,8].

Интерактивните методи осигуряват възможност за личностното им развитие на основата на съпреживяването, взаимодействие, диалога, анализа и вземането на решения за действие в различни ситуации в урока. Поставят педагога и учениците в обстановка на обсъждане, изразяване на собствено мнение, способности, индивидуален стил. Те определят облика на обучението. За по-добрата подготовка на учениците се използва комбинация от интерактивни **методи**: упражнения за развиване на емпатия; морални дилеми свързани с вземане на решение; съвместна дискусия; ситуационни игри; симулация и други. Съдействат за: *създаване на благоприятна емоционална атмосфера, организиране на комуникация и мотивация; смяна на дейности; мисловна дейност; рефлексна дейност; интерактивна игра; концентрация; развитие на комуникативни умения.* [9]. Прилагат се чрез:

➤ **Фронтално обучение** (информацията тече от учителя към ученика, който е пасивен слушател). Взаимодействието между учител и ученик е от типа субект – обект. Индивидуалното му прилагане не осигурява големи възможности за активна позиция на обучаваните, което води до проблеми в адаптацията и реализацията в сложния динамичен, съвременен живот. Ето защо е необходимо да се съчетава с другите методи;

➤ **Диалог** (информацията тече между учител и ученик и между учениците). Прилага се с предимство. Изразява се в еднаквата активност на участниците и превръща ученика в действителен субект на образователно-възпитателния процес. Активността като условие за успешно усвояване на двигателните задачи от ученика се обосновава от следните експериментално доказани психологически **закономерности**: колкото по-висока е активността на обучаваните, толкова по-голям е ефектът от обучението; колкото по-висока е мотивацията за учене, толкова по-високи са постиженията на учениците; формирането на зряла, автономна и социално адаптирана личност може да се постигне чрез паралелни въздействия върху трите сфери на личността - интелектуална, емоционална, и поведенческа, които се осъществяват в процеса на груповите взаимодействия;

➤ **Самостоятелна работа.** Поставя ученика в различни ситуации, в които трябва да решава сам възникнали проблеми като по този начин се развиват интересът и творческите му способности;

➤ **Групово обучение.** Групата се превръща в мини общество, където учениците търсят сътрудничество и разбиране. В групата имат възможност да оценяват собствения си опит и поведение, да обсъждат различни идеи и да формулират обща идея. Оформянето на групите е според индивидуалните им особености. Те са мобилни. В тях при изпълнение на двигателна задача могат да възникнат различни мнения при отчитане на резултатите и качеството на изпълнението ѝ. Ролята на учителя е предварително да подготви участниците и да ги приучи на толерантност при такива случаи. При възникване на конфликти учителят се намесва и деликатно ръководи процеса на решаване на поставената двигателна задача. Създават се предпоставки за осъществяване на комплексни умствени действия и се засилва сътрудничеството и комуникацията в групата, стимулират се междуличностните взаимоотношения.

При кооперативното учене в различните му разновидности, когато взаимодействат със своите съученици, обучаваните получават подкрепа от тях и повишават социалния си статус. Постига се синтез между сетивно-емоционалното и словесно-логическото познание;

➤ **Експертно учене.** Насочено е към стимулиране у учениците на сътрудничество, комуникация, толерантност, отговорност към себе си и другите. Съдейства за социализирането и интегрирането им в процеса на двигателната дейност, за усвояването на нови знания и повишаване на качеството на обучение.

Активните методи са твърде разнообразни по своя характер, но най-общо могат да се обединят в две големи групи: *дискусионни и игрови*. [6,7,8]. *Класическите дискусионни методи* включват дискусия, анализ на казуси и на реални ситуации от урока и практическото изпълнение на двигателните задачи. Към тях можем да прибавим и методите за стимулиране на творческото мислене брейнсторминг (мозъчна атака). Общото за тази група методи е, че те подпомагат ефективното екипно взаимодействие и създават условия за формирането на следните компетенции : критическо мислене; точно и ясно формулиране и изразяване на собствените становища и чувства; изслушване на другите; зачитане на чуждото мнение; продължителна концентрация върху определен проблем; сътрудничество; решаване на проблеми и други. *Игровите методи* се различават от дискусионните основно по това, че при тях проблемът се решава не само чрез анализ и обсъждане на ситуацията възникнала в процеса на изпълнение на двигателната дейност, а чрез практическо повторение (проиграване) на ситуацията. По този начин се ангажира цялостната личност на ученика (интелект, емоции, непосредствено поведение). Това значително улеснява формирането на нагласи, ценности, убеждения, социални умения и улеснява тяхното пренасяне в социалната практика. Осъществява се социализация в процеса на обучението.

Какво се постига в резултат на взаимодействието и какъв е педагогическият ефект?

1. В учебния процес учениците си взаимодействат чрез речта и невербалните средства за общуване (мимики, жестове, постъпки, действия). Това помага за овладяване на комуникативните умения на достатъчно високо равнище. Те са основен компонент на учебната дейност, в която се осъществяват: обяснение, описание, анализиране на двигателните задачи (предаване на информацията); слушане (възприемане на информацията).

Комуникативните умения помагат на ученика за: точно изказване, отделяне на главната мисъл, диференциране на сложната двигателна задача на отделни фази, съставяне план за действие, формулиране на изводи, отстояване на собственото мнение и отношение към изпълнението на двигателното действие. В

процеса на взаимодействие се научава да излага съдържанието на видяното, чуто, да анализира ситуации, постъпки и да прави оценки.

От него се изисква внимателно да слуша изказванията на събеседниците си, да се стреми да не ги прекъсва, а да ги изслушва докрай, независимо от собственото си становище, да умее да доказва и отстоява своето разбиране, когато е убеден в правотата му, както и да се съгласява с мнението на другите в случай, че осъзнава погрешността на своето. Така всеки ученик се приучва да спазва нормите и правилата за изказване в условията на взаимодействие, както и изискванията към поведението на участниците в общуването.

2. Взаимодействието се осъществява и чрез съгласуване и обединяване на усилията в процеса на дейността, с цел установяване на отношения между учениците и достигане на по-добър резултат от изпълнението на двигателната дейност. Често в основата на интерактивното обучение стои обменът на стратегии за дейност, в резултат на което се изгражда обща концепция за решаване на познавателни и практически задачи.

Организация и методика

Изследването е осъществено през периода от 15 септември 2009 г. до края на м. май 2010 г. с 10-годишни ученици. Общият им брой е 54 от СОУ „Любен Каравелов“, гр. Русе. Обособени са две групи: експериментална (Е гр.) общо 30 бр., момчета и момичета и контролна (К гр.) общо 24 бр., момчета и момичета.

В експерименталната група е приложена разработена методика включваща ефективни интерактивни методи и стилове на комуникация за обучение в урока по физическо възпитание и спорт. Промени в учебното програмно съдържание не са правени. В контролната група обучението е проведено със стандартната методика за обучение в урока по физическо възпитание и спорт.

Основната **цел** на експерименталната работа е изграждане на мотивационна, умствена, волева нагласа за общуване чрез прилагане на интерактивни методи в образователно-възпитателния процес по физическо възпитание и спорт.

Задачи

1. **Подобряване** на междуличностната комуникация в урока по физическо възпитание и спорт, чрез прилагане на интерактивните методи.

2. **Разкриване** влиянието на междуличностната комуникация върху физическата дееспособност на подрастващите.

Най-често използвани интерактивни методи и прийоми в пряката работа са: дискуссионни и игрови, упражнения за развиване на емпатия, дилеми свързани с вземане на решение в екстремални ситуации по време на игра, съвместна дискусия, самостоятелна работа, групово обучение и други.

На таблица 1 е направена съпоставка между традиционното обучение и приложеното интерактивно обучение.

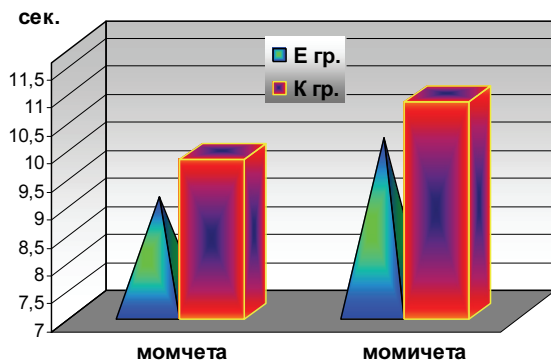
Таблица 1

Сравнение между традиционното и интерактивното учене

ТРАДИЦИОННО УЧЕНЕ	ИНТЕРАКТИВНО УЧЕНЕ
1. Запаметяване, повторение	1. Разбиране, инсайт / прозрение /
2. Подчинение	2. Индивидуалност, разнообразие
3. Индуктивно, дедуктивно	3. Отвореност, творчество
4. Скука, еднообразие	4. Стимулиране
5. Наказание	5. Интерес, удоволствие
6. Неуспех	6. Самоуважение, успех
7. Неизменност, статичност	7. Динамика, многомерност
8. Съревнование, изолация	8. Сътрудничество, работа в екип

Ефективност на интерактивните методи приложени в урока по физическо възпитание и спорт

1. Както ясно се вижда от фиг. 1 налице е съществена разлика в развитието на бързината, която и при двата пола е в полза на Е гр. За момчетата тя е 0,85 сек., (Pt = 0,85), за момичетата – 0,71 сек. (Pt = 0,90).

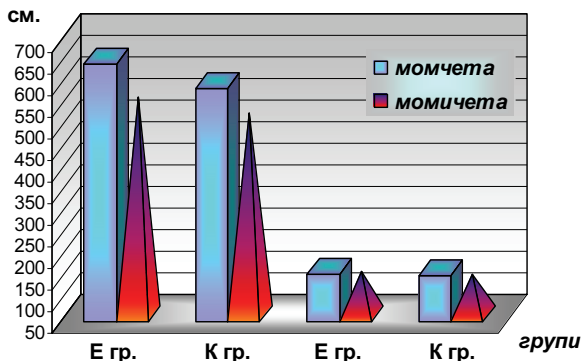


Фиг. 1 Сравнителни крайни данни от изследването на бързината на 10-годишните момчета и момичета, "Бягане 50 м.", (сек.).

Осъщественият анализ на получените абсолютни стойности на бързината в края на изследвания период показва, че системното въздействие чрез прилагане на интерактивните методи и прийоми в условията на урока помага в значителна степен усъвършенстването на бързината на обучаваните. Дължи се на активното взаимодействие между учителя и различните групи ученици, между учителя и отделния ученик, между самите ученици, чрез пълноценно включване в различни форми на диалогично общуване. Това благоприятства усъвършенстването на техниката на изпълнение на бягането и подобряването на координацията на движение.

2. Сравнителните крайни данни, получени от изследването с тестовете: “Хвърляне на плътна топка 1 кг. с две ръце над глава”,(см.) и “Скок на дължина от място с два крака”,(см.) за отчитане на силата на раменния пояс и горните и долните крайници на учениците са изобразени графично на фигура 2. Налице е значителна разлика в постиженията между двете групи. Тя е в полза на момчетата и момичетата от Е гр., които хвърлят по-далече от връстниците си от К група.

Чувствително се подобрява и скока на дължина в Е гр., в сравнение с К гр. На тази възраст момчетата в края на учебната година имат разлика в постиженията от 5,34 см ($P_t = 0,90$), а при момичетата констатираната разлика в постиженията възлиза на 6,78 см ($P_t = 0,95$). Данните са статистически достоверни.



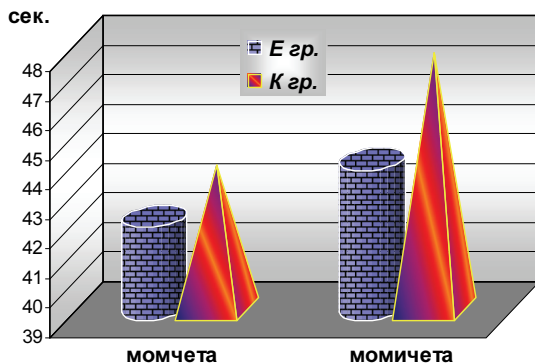
Фиг. 2 Сравнителни крайни данни от изследването силата на горни и долни крайници на 10-годишни момчета и момичета, “Хвърляне на плътна топка 1 кг. с две ръце над глава”,(см.) и “Скок на дължина от място с два крака”,(см.).

В урока взаимодействието се осъществява чрез съгласуване и обединяване на усилията. В основата на обучението лежи обменът на стратегии за дейност, в резултат на което се изгражда обща концепция за решаване на познавателните и практическите задачи. Акцентът се премества от пасивното, механично усвояване на двигателните задачи към обучение с опора върху собствения им опит и неговото осмисляне. Вследствие на това се подобрява техническото изпълнение на изучаваните упражнения, нарастват силата на ръцете и раменния пояс и взривната сила на долните крайници на обучаваните.

3. Установените крайни данни от изследването на издръжливостта на 10-годишните ученици, оценена с теста “Бягане 200 м.”,(сек.), са отразени на фигура 3.

При анализа на данните, получени в края на изследвания период, се наблюдава по-изразено подобряване на аеробните възможности на учениците от Е гр., в сравнение с К група. Констатираната разлика при момчетата от 1,93 сек. ($P_t = 0,90$) е в полза на Е група.

Аналогично е състоянието на резултатите при момичетата. И тук установената разлика от 3,81 сек, подкрепена с висока статистическа достоверност ($P_t = 0,90$) е в полза на Е група. Анализът на получените абсолютни стойности на издръжливостта в края на изследвания период показва, че активното обучение в урока се разгръща като процес на общуване във времето и пространството. Учениците се учат чрез наблюдения, дискусии, синтез.



Фиг. 3. Сравнителни крайни данни от изследването на издръжливостта на 10-годишните момчета и момичета, „Бягане 200 м.“, (сек.).

Осигурява се възможност за самообучение. Голяма част от учениците влизат в ролята на „учители“ по отношение на своите ученици и превъзможват стереотипите в мисленето. У тях се развиват определени умения за: търсене и намиране на определена информация, откриване на обща идея, разкриване на взаимовръзки, толерантна комуникация, ефективна дискусия, правилен избор на решение и други.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Чрез интерактивните методи се стимулират междуличностните взаимоотношения в урока по физическо възпитание и спорт. Формира се интелектуална, психологическа (свързана с преодоляване бариерите за успешното встъпване в контакт) и социална готовност за участие в общуването и практическа реализация на тази готовност.

По-голям фект в развитието на двигателните качества на обучаваните се постигна чрез прилагане на богатото разнообразие на методите с интерактивен характер. Реализирането на образователно-възпитателните въздействия в урока по физическо възпитание и спорт се постига не от позициите на възрастовата дистанция, а чрез равностойно партниране и общуване на педагога с учениците и между учениците в процеса на дейността.

Друг особено важен момент е осигуряването на възможности и условия за обучение в единство на интелектуалната, емоционалната и мотивационната страна на общуването и дейностите по пътя на интеракцията. Единството се обуславя от : *вербален контакт, изграждане на положителни чувства и качества, благоприятна емоционална обстановка, познания, умения, компетенции. Това рефлектира върху качеството на изучаваните двигателни задачи.*

В сравнение с традиционното, интерактивното взаимодействие променя характера на общуването с учениците и ролята на педагога. Създават се условия за инициативност и активност на учениците (физическа, социална и познавателна), което е предпоставка за по-добри резултати и успех в двигателната им подготовка.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Аргайл, М., М. Хендерсън. Анатомия на човешките отношения. Наука и изкуство, С., 1989.
- [2] Давыдов В. В. Виды общения в обучении. М. 1972.
- [3] Дени, Р. Печеливши комуникации. Софпрес, С. 2006.
- [4] Димитрова, Г. Педагогически основи на общуването при възпитанието. Булвест, 2000,С., 1994.
- [5] Злобина, Е. Г. Общия как фактор развития личности. Киев, 1981.
- [6] Илиев, В. Общуването. Същност, динамика и развитие. Леге Артист, 2003.
- [7] Илиева И. Възможности за развиване на психомоториката в урока по баскетбол, Научни трудове 2009, Научни трудове на РУ, 2009, т. 48, с. 8.2, стр. 85, ISSN 1311-3321;
- [8] Ilieva I. Training personal defense to 10-year-old basketball players, 10-th symposium for sport and physical education, Ohrid, Federation of the sports pedagogies of the Republic of Macedonia, Faculty of Physical culture, сп. "Физичка култура", бр. 2, с. 101-105;
- [9] Хекхаузен,Х. Мотивация и деятельность. Питер, Москва, 2003.
- [10] Лисина, М., И. Димитров. Общуване и самопознание. Наука и изкуство, С. 1982.
- [11] Момчилова А. Влияние на подобрените координационни възможности върху общуването, сп. Предучилищно възпитание, С. бр.1, 1985, с. 21 – 23.

За контакти:

Проф Антоанета Момчилова дпн, Русенски университет "Ангел Кънчев",
e-mail: amom@abv.bg

Докладът е рецензиран.