

Зависимост между признаците на физическа деспособност и психични качества при ученици от 9 клас в часове по хандбал

Мариана Петева, Янко Янков, Димитър Обрешков

Indicators of physical and mental training of students from Grade 9 classes in handball are subjected to correlation analysis to identify the most important relationship between the tests. Checking of the effectiveness of the training models.

Key words: *handball, dependence, physical abilities, qualities of attention*

ВЪВЕДЕНИЕ

Приемането на Националната стратегия за развитието на физическото възпитание и спорта в Република България / за периода 2011 – 2020 година / се определиха принципните подходи и теоретичните постановки за реализирането на главната стратегическа цел на Националната система за физическо възпитание и спорт. Стратегията е насочена главно към осигуряване на системата, т.е. обхват, структура, дейности, критерии за ефективност в новите пазарни условия, но не посочва механизмите и технологията на дейностите в техните конкретни измерения.[1]

Учебните планове, учебните програми, държавните образователни изисквания и стандарти са нормативната база, подпомагаща дейността на педагозите. Спортните игри се приемат много добре от учениците предвид своя увлекателен и състезателен характер.

Според Т. Симеонова(2010) характерна особеност на спортните игри е, че всяка една от тях предоставя богати възможности за разнообразна двигателна подготовка, вариативно обучение на техниката за игра с топка, усъвършенстване на индивидуалните, груповите и отборни действия и не на последно място комплексно психо-моторно развитие на учениците. [3]

Хандбалната игра трябва да се разглежда като сложна(динамична) система със своя определена цел и извънредно стохастичен(вероятностен) характер на съставлящите я елементи. Хандбалът е игра, която се отличава с подчертан съревнователен елемент и висока емоционалност. Тя въздейства комплексно върху основните двигателни качества – сила , бързина, издръжливост, гъвкавост и ловкост. Съвременното виждане за играта изисква високо равнище на физическа подготовка, брилянтна техника с и без топка и задълбочено тактическо обучение съобразно индивидуалните особености на играчите.[2]

ИЗЛОЖЕНИЕ

Цел на нашето изложение е да разкрием корелационните зависимости между физическата и психическа подготвеност на ученици от 9 клас използвайки тестове за физическа кондиция и координация, психически качества застъпени в заниманията по хандбал. Така ще реализираме изискванията на ДООИ за осъществяване на основно ядро – спортни игри и ще повишим ефективността на обучението.

За постигане на целта си поставихме следните **задачи**:

1. Да разработим учебно разпределение за часовете по хандбал, включващо упражнения и игри на базата на концентрация и антиципация на учениците.
2. Да изследваме физическата деспособност с помощта на шест теста за физическа кондиция и координация и качествата на вниманието с помощта на Коректурна проба.
3. Да обработим получената емпирична информация със съответните математико-статистически методи – вариационен и корелационен анализ.

4. Въз основа на сравнителен анализ и интерпретация на получените данни да направим заключения с препоръки за обучението на учениците.

Данните необходими за нашето изследване събираме след диагностициране на 93 ученика(9 а, б, в, г клас) от СОУ „Сава Доброплодни“ в гр. Шумен, през учебната 2012/13г.

Експерименталната работа(в която участват 9 а и 9 г клас) проведохме с прилагане на модели за психофическа и техническа подготовка. Контролните групи(9 б и 9 в клас) спазваха програмните изисквания за съответния клас, за обучението в основното ядро – спортни игри — спорт хандбал и реализация в третия учебен час. По време на изследването се работеше по учебна програма, като в 20 часа спортни игри и 20 часа от модул спортни игри са отделени за хандбал - занимания в редовни часове и допълнителен час се прилагат упражнения и игри, разпределени в отделните части на урока.

В началото и края от девойките и юношите са снети резултатите от следните тестове: 1. 50м; 2. 300/600м; 3. Скок дължина; 4. Изправяне от тилен лег/Хвърляне топка; 5. Ловкост; 6. Пъргавина; 7. Коефициент на съсредоточеност на вниманието - Кс; 8. Коефициент на устойчивост на вниманието – Ку; 9. Интензивност на вниманието - V; 10. Продуктивност на вниманието (извършената психическа работа)- А.

Анализ на резултатите

Направеният сравнителен анализ позволи да бъдат разкрити средните нива (Таблица 1 – момичета и Таблица 2 – момчета) и вариативността на изследваните признаци при експерименталните и контролната групи при учениците. За намиране на значими взаимовръзки между приложените тестове е използвана обикновена линейна корелация на Пиърсън. При интерпретацията на моделите и по-конкретно при анализа на представените интеркорелации, освен знака r , трябва да се има предвид посоката на нарастване на отделните показатели. Не бива да се пропуска фактът, че еднопосочните връзки между еднотипни показатели показват значими положителни зависимости, при същите връзки между различни показатели(с различна посока на нарастване) доказват съществуването на отрицателни зависимости между тях. Големия брой на връзките затруднява техния анализ , което налага в корелационно – структурните модели да бъдат представени само онези, при които силата на зависимост от 0,30 т.е. онези, които приемаме за значими.

Таблица 1

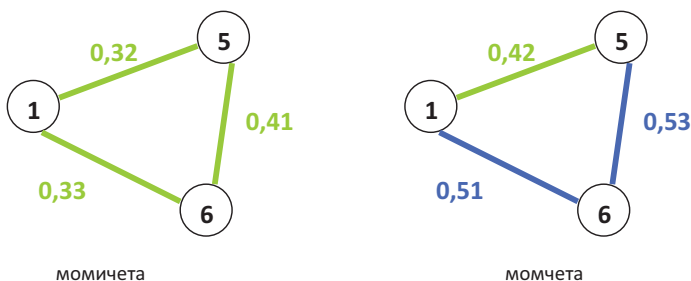
	КГ				ЕГ			
	X1	X2	X2-X1	P%	Y1	Y2	Y2-Y1	P%
50 м	8,66	8,62	-0,04	81	8,75	8,39	-0,36	87
300 м	76,59	75,14	-1,45	85	76,81	72,65	-4,16	85
скок	173,00	175,24	2,25	89	173,08	178,61	5,53	90
итг	68,82	69,42	0,62	75	66,45	68,67	2,22	75
ловкост	19,60	19,20	-0,40	99	19,84	18,56	-1,28	99
пъргавина	8,80	8,40	-0,40	97	8,96	7,81	-1,15	99
Кс	6,56	7,12	0,56	90	6,78	11,63	4,85	97
Ку	0,34	0,44	0,10	89	0,37	0,77	0,40	98
V	1,53	1,70	0,17	83	1,53	2,02	0,49	99
А	6,33	7,22	0,89	88	6,16	10,43	4,27	96

В началото на експеримента значими корелации и при момичетата и при момчетата намираме само между бързината и показателите ловкост и пъргавина.

Таблица 2

	КГ				ЕГ			
	X1	X2	X2-X1	P%	Y1	Y2	Y2-Y1	P%
50 м	7,32	7,24	-0,08	80	7,36	7,11	-0,25	88
600 м	144,12	142,14	-1,98	84	143,62	132,44	-11,18	90
скок	210,07	217,05	6,98	75	214,83	223,02	8,19	79
хв. топка	843,03	888,01	44,98	96	843,13	982,46	139,33	99
ловкост	19,12	18,67	-0,45	99	19,62	18,80	-0,82	99
пъргавина	8,11	7,82	-0,29	96	8,16	7,92	-0,24	99
Кс	6.89	9.06	2.17	94	6.71	10.77	4.06	98
Ку	0.37	0.43	0.06	93	0.39	0.76	0.37	98
V	1.52	1.77	0.25	88	1.52	2.17	0.65	96
A	6.01	8.03	2.02	92	6.11	10.39	4.28	97

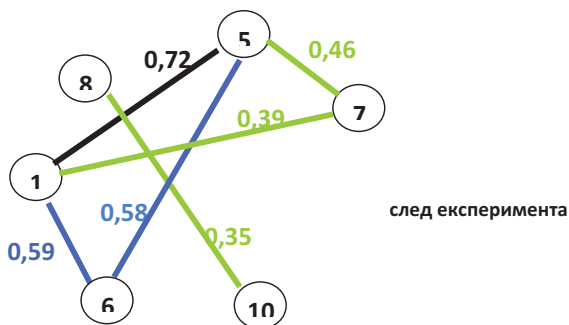
В края на изследването(фиг.1, фиг.2, фиг.3) съществуват достатъчно значими връзки, които ще коментираме. При контролните групи значимите корелации се запазват, а при експерименталните забелязваме по 3 умерени, 2 значителни и по една голяма зависимост.



Легенда: 1. 50м; 5. Ловкост; 6. Пъргавина.

фиг.1. Корелационни зависимости между показатели КГ -край

При експерименталните групи наблюдаваме две големи зависимости между показатели 1 и 5($r = 0,72$)при момичетата и ($r = 0,75$) при момчетата. Тук се доказва взаимовръзката между бързината и ловкостта в края на изследването. Умерените корелации между показатели 1 и 7 и 5 и 7 говори, че и бързината и ловкостта на учениците се повлиява от качествата на вниманието. Успешната работа в двете опитни групи показва, че това е довело до по-комплексно развитие на физическите и психически качества в сравнение с контролната.Това се потвърждава и от коефициента на корелация между съсредоточеността на вниманието и извършената психическа работа. И при юношите и при девойките наблюдаваме умерена зависимост между показатели 8 и 10 - $r = 0,35$ (момичета) и $r = 0,37$ (момчета).

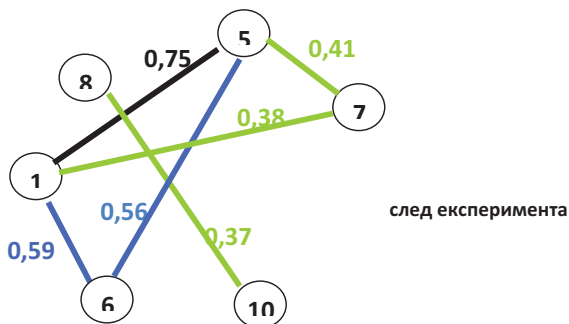


Легенда: 1. 50м; 5. Ловкост; 6. Пъргавина. 7. Коефициент на съсредоточеност на вниманието - Кс; 8. Коефициент на устойчивост на вниманието - Ку ; 10. Продуктивност на вниманието - А.

фиг. 2. Корелационни зависимости между показатели ЕГ момичета

Приложената програма със спортно-подготвителни упражнения и игри в хандбала рефлектира и при зависимостта(значима) между бързината на придвижване и пъргавината(показатели 1 и 6) и между ловкостта и пъргавината – показатели 5 и 6.

Корелационни зависимости между показатели ЕГ



Легенда: Легенда: 1. 50м; 5. Ловкост; 6. Пъргавина. 7. Коефициент на съсредоточеност на вниманието - Кс; 8. Коефициент на устойчивост на вниманието- Ку ; 10. Продуктивност на вниманието - А.

фиг. 3. Корелационни зависимости между показатели ЕГ момчета

В резултат на така интерпретираните данни можем да обобщим и резултатите от приложената експериментална програма.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наличието на по-голям брой статистически значими корелационни зависимости между показателите при експерименталните групи при момичета и при момчетата са потвърждение за по-удачната методика на обучение при опитните групи. По-комплексното развитие на физически и психически качества при двете експериментални групи се потвърждава от броя на значещите корелации в сравнение с контролните групи.

Експерименталната програма повишава ефективността на обучението и решава задачите поставени пред модулното обучение.

С препоръка да се апробира и в ученически спортни школи и хандбални клубове.

ЛИТЕРАТУРА

[1] Националната стратегия за развитието на физическото възпитание и спорта в Република България / за периода 2011 – 2020 година /

[2] Базелков, С., Хандбал, Шумен, Университетско издателство, 2007

[3] Симеонова, Т. Модели за усъвършенстване и оценяване на баскетбола на ученици от IX клас, РУ „А. Кънчев“ научни трудове том 49, серия 8.2, с. 158

За контакти:

старши учител Мариана Марчева Петева
СОУ „Сава Доброплодни“ - гр. Шумен
e-mail: mariana_peteva@abv.bg

магистър „ФВСУ“ Янко Василев Янков
ШУ „Еп. К. Преславски“ гр. Шумен
e-mail: yanko.v.yankov@gmail.com

Д-р Димитър Обрешков, Катедра “Физическо възпитание и спорт”,
Русенски университет “Ангел Кънчев”,
тел.: 082-888 222, e-mail: dobreshkov@uni-ruse.bg

Докладът е рецензиран.