

ВЛИЯНИЕ НА ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ ВЪРХУ ФОРМИРАНЕ  
НА ЛИЧНОСТНИ КАЧЕСТВА СПОРЕД АНКЕТНО ПРОУЧВАНЕ  
Милена Величкова Алексиева, Цветелина Стефанова Ковачева  
ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“

INFLUENCE OF PHYSICAL ACTIVITY ON THE FORMATION  
OF PERSONAL TRAITS ACCORDING TO ENQUIRY

Milena Velichkova Aleksieva, Tsvetelina Stefanova Kovacheva  
St. Cyril and St. Methodius University of Veliko Tarnovo

**Abstract:** *The educational process of physical education and sport in the initial stage of the primary education helps build the foundations for the positive attitude of the trainees towards sport, personal physical development and physical capacity, motivation, needs and interests.*

*The purpose of this survey is to identify parents' willingness to encourage their children to participate in organized sports activities at school and beyond, and to determine the impact of physical activity on the development of personal traits in first grade students. The contingent of the survey is 30 parents of students in the first grade of "Vasil Levski" Secondary school – Troyan.*

*To achieve this goal, the following tasks must be completed:*

- 1. To investigate the parental capacity to provoke physical activity in children.*
- 2. To identify certain personality traits of first grade students after undergoing physical activity.*
- 3. To process the received data and formulate conclusions and recommendations for practice in physical activity.*

*For the successful outcome of the survey the following methods were applied: literature review on the subject and the survey questionnaire method.*

*Based on the answers received from parents to pupils in first grade, it can be concluded that, positive emotional communication of children during participation in sports activities influences the interaction and the way of communication with their relatives, strengthens their self-assessment, regulates social behavior; increases the tolerance towards loved ones and strangers, lowers aggressiveness and emotional lability, and last but not least - forms the basis of a healthy lifestyle.*

**Key words:** *students, parents, physical education, personal traits.*

## ВЪВЕДЕНИЕ

Обстойният социодемографски преглед показва, че България е сравнително малка държава със 7,5 милиона души население. Отрицателните характеристики на демографската тенденция са впечатляващи от тези на повечето западни държави. Различията между децата в началния период на

техния жизнен опит са ограничения в рамките на образование, свободно време и културни занимания. Задълбочава се разликата между богатите и най-бедните, променя се престижът на редица спортове и респективно на системата за обучение и управление на талантите (Дашева и др. 2015: 3).

Формирането на личността е особен процес на усвояване на социалния опит от нея. Това е особен процес, защото става дума не за просто усвояване на знания, умения и навици, а за такова усвояване, при което протичат формиране на нови мотиви и потребности, тяхното преобразуване и преподчиняване (Марков 2014: 27).

За разлика от всички останали учебни предмети, единствено физическото възпитание има за задача и да разтоварва емоционално учениците от натрупаната умствена умора. Във връзка с това определено може да се каже, че непринудеността и спонтанното желание за участие в заниманията са едни от най-характерните белези на физическото възпитание, а разнообразието от педагогически въздействия се постига на базата и със средствата на различните спортно-педагогически дейности – игрова, гимнастическа, туристическа и спортно-състезателна (Петкова, Алексиева 2013: 9).

Учебният процес по физическо възпитание и спорт в началния етап на основната образователна степен съдейства за изграждане на основите за формиране на положително отношение на обучаваните спорта, към собственото физическо развитие и физическа дееспособност, към мотивация, потребности и интереси (Илиева 2012: 12). Изборът и вземането на решение са съгласувани с вътрешната нагласа за участие в дадена дейност, което е пропорционално на значимостта за индивида с оглед оценката на външната среда.

В спортологичната литература анкетни изследвания за установяване на интересите и мотивацията за практикуване на даден спорт са осъществили М. Алексиева (2009), И. Илиева (2012), Р. Църова, Т. Нейкова, Н. Маврудиева (2011), М. Алексиева и М. Петкова (2013), С. Денев (2014) и др., Е. Милева (1998) и М. Борукова (2007) – относно зрителския интерес, а Св. Стефанов (2003), М. Видиновски (2015) и М. Гечева (2015) изследват мнението на спортни специалисти относно необходимостта от създаване на методика за обучение по миниволейбол, спортно катерене и баскетбол.

**Целта** на настоящото анкетно проучване е да се установи нагласата на родителите към поощряване на децата им за участие в организирани занимания със спорт в училище и извън него, както и да се установи влиянието на физическата активност върху формирането на личностни качества при ученици от първи клас.

За постигането на тази **цел** са поставени следните **задачи**:

1. Да се проучи родителската нагласа за провокиране на активност към физическа дейност на децата.
2. Да се установят някои личностни характеристики на ученици от първи клас след физическа дейност.
3. Да се обработят получените данни и се формулират изводи и препоръки за практиката.

**Предмет на изследването** е родителската нагласа за провокиране на активност към физическа дейност на децата.

**Обект на изследването** са личностните качества на учениците от първи клас, повлияни от физическата активност.

**Контингент на изследването** са 30 родители на ученици в първи клас в СУ „Васил Левски“ – гр. Троян.

За реализиране на поставената цел и задачите на изследването са приложени следните **методи**: *обзорно проучване на специализираната литература и анкетен метод.*

## МЕТОДОЛОГИЯ

Анкетната карта се състои от девет въпроса. Изследването е проведено в СУ „Васил Левски“ – гр. Троян с родители на ученици от първи клас в началото на учебната 2018–2019 година.

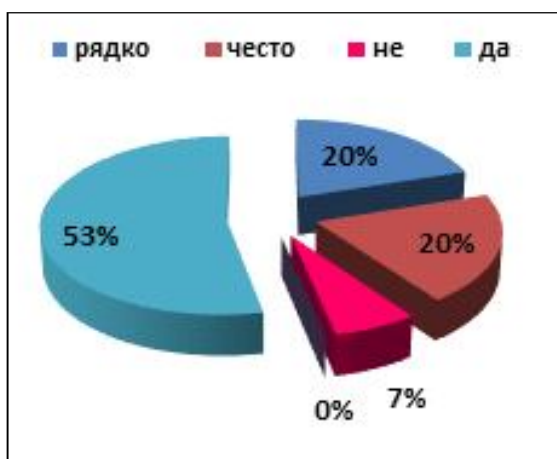
Участието на родителите в проучването е доброволно и анонимно. Предоставена е възможност, освен предложените отговори, да бъде формулирано собствено мнение, както и на някои от въпросите да бъдат избран повече от един отговор. Коректно са попълнени 30 анкетни карти.

Въпросите в анкетната карта могат да бъдат групирани най-общо в две групи:

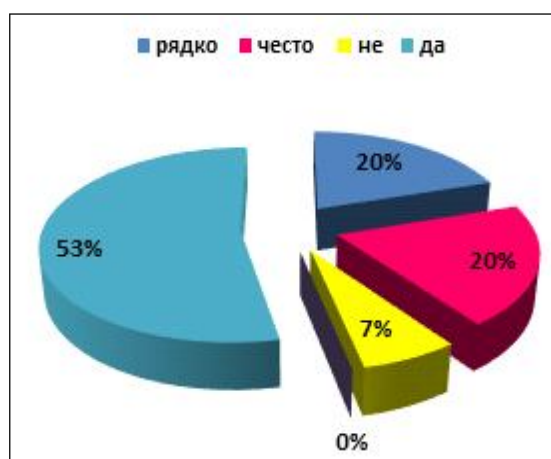
- първа група – проучване на родителската нагласа за провокиране на активност към физическа дейност у децата;
- втора група – проучване на личностните характеристики на ученици в първи клас след физическа дейност.

## РЕЗУЛТАТИ

Физическото възпитание и спортът имат за цел да се постигне физическо и личностно усъвършенстване на подрастващите. Техният интерес за активно спортуване непрекъснато трябва да се провокира, за да се създадат трайни навици за поддържане на динамичен и здравословен начин на живот. Зад всеки поведенчески акт стои сложна система от разнообразни, често противоречиви мотиви, която е в зависимост от особеностите на развитието на личността, конкретните условия, възрастовите особености, одобрението от обкръжаващата среда и т.н. В този аспект е разработената анкетна карта за родители.



**Фигура 1.** Провокирате ли участието на детето в системни занимания с физическа дейност?



**Фигура 2.** Поддържате ли активен начин на живот на детето си извън организирани от училище форми за спорт и туризъм с цел подобряване на неговите физическа дееспособност и добро здраве?

Резултатите от анализа от отговорите на въпросите, отнасящи се до нагласата на изследваните лица да участват и да поощряват децата си в системни занимания с физическа дейност, са представени на **фигури 1. и 2.**

Анкетираните родители поддържат и провокират своите деца за активен начин на живот и поощряват физическата дейност – съответно 53% и 53% (**фигури 1. и 2.**). От анкетираните 30 родители само двама (7%) са отговорили отрицателно, а 20% отговарят с рядко, което отново поставят актуалния въпрос за негативни тенденции, свързани с нездравословния начин на живот на учениците: хиподинамия, понижена дееспособност; наднормено тегло; гръбначни изкривявания; непълноценно използване на свободното време; повишаваща се агресия и поддаване към негативните явления в обществото (Алексиева 2010: 71).

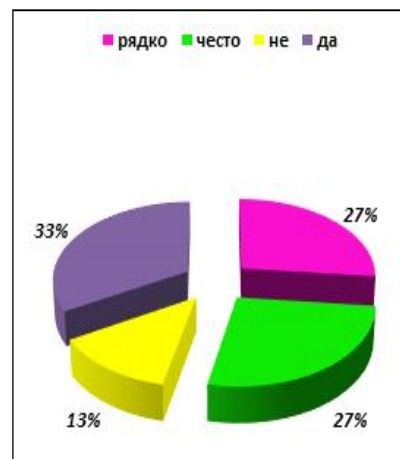
Високият процент от отговори „да“ носи информация за готовността на родителите да поощрят децата си да се включат с желание в учебния процес по физическо възпитание и спорт в училище и извън него. Изследване сред ученици от четвърти клас във Велико Търново през учебната 2014–2015 г. показва отношението на родители, учители и съученици към трениращите спорт. Прегледът на посочените отговори акцентира вниманието върху подкрепата на родителите на анкетираните относно заниманията им (90%), докато недоумение буди незаинтересоваността на учителите от извънкласните занимания на учениците (16%), както и отговорът на 18% от тях, че съучениците им смятат, че си губят времето (Алексиева 2015: 155).

От отговорите на въпрос № 3 *Кои от изброените специфични особености са характерни за детето Ви след физическа дейност?* (фиг. 3.) става ясно, че според родителите на ученици от

първи клас физическата дейност развива в децата им положителни качества като самочувствие (23%), желание за игра с другите (21%) толерантност (20%), справедливост (14%). Родителите смятат, че особености като агресивност (2%) и неустойчивост (2%) не се откриват при децата след физическа дейност. Според М. Петрова-Владиминова (2012: 46) при децата е налице стремеж за Аз – отделянето в дадената социална общност (вкъщи, в групата). Изграждането на социалната компетентност по отношение проявата на агресия изисква придобиване на умения за самоконтрол и социално поведение, включващи великодушие, услужливост, сътрудничество, развиване на позитивни взаимоотношения с околните. В този контекст са налице компоненти на социалната компетентност в сферата на социални умения, имащи поведенчески индикатори (Петрова-Владиминова 2012: 46).

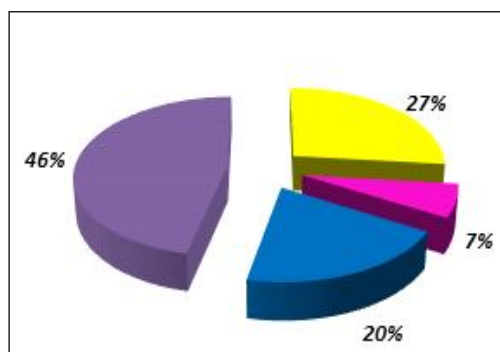


**Фигура 3.** Кои от изброените специфични особености са характерни за детето Ви след физическа дейност?

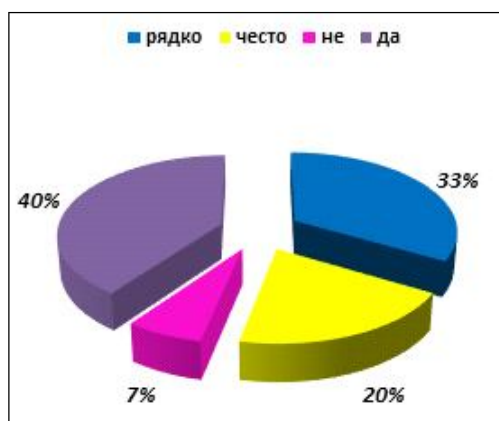


**Фигура 4.** Смятате ли, че Вашето дете пренася общото емоционално отношение от физическата дейност към даден човек и върху отделните му постъпки?

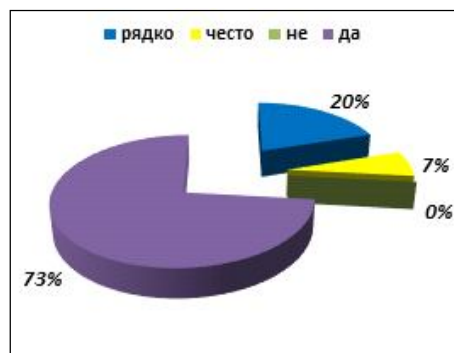
На въпроса *Смятате ли, че Вашето дете пренася общото емоционално отношение от физическата дейност към даден човек и върху отделните му постъпки?* (фиг. 4.) респондентите са отговорили положително, като 33% са дали положителен отговор и 27% са отговорили „често“. Това дава информация, че спортът е важна част от живота на учениците от първи клас – особено като подпомага развитието на справедливост спрямо постъпките на даден човек. „Разкрепостяването на задръжните процеси позволява да се получи реална представа за емоционалните реакции на децата в различни ситуации, за наличието на такива качества като решителност, стремеж към самоусъвършенстване, критично отношение към действията на околните и собствените постъпки, както и способност за мобилизация в определен момент“ (Петкова, Алексиева 2013: 15).



**Фигура 5.** Детето проявява съчувствие не само към близките хора, но и към непознати след физическа дейност?



**Фигура 6.** *Преживява ли емоционалната оценка на педагога (треньор) и стреми ли се да се съобразява с нея?*



**Фигура 7.** *Проявява ли детето Ви толерантност към срещуположния пол?*

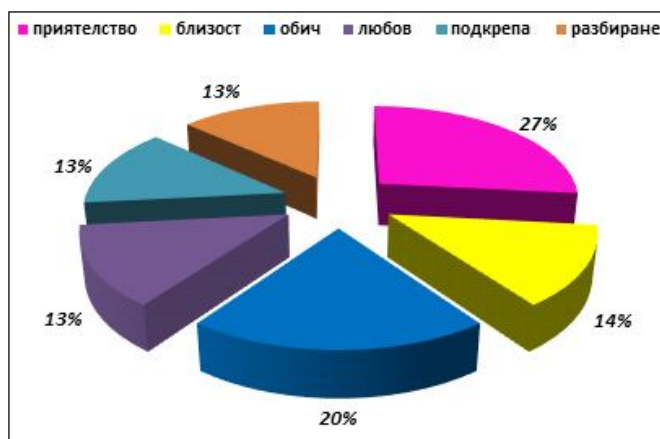
Доказано е, че емоциите обогатяват разбирането за междуличностната комуникация, респективно за педагогическо общуване. Голяма част от емоционалното развитие на детето е обект на изследвания, които сочат, че възпитателният процес, изграден въз основата на положително емоционално общуване, е ключов фактор за бъдещото формиране на цялостното развитие на личностните черти на детето (Петрова-Владиминова 2012: 44).

Въпросите с номера 5, 6 и 7 (*фигури 5., 6. и 7.*) показват преценката на анкетираните родители към емоционалното отношение на техните деца спрямо близки и непознати след физическа дейност. Прегледът на посочените отговори акцентира вниманието върху съчувствие към непознати (*фиг. 5.*) като 46% от родителите отговарят положително, докато недоумение буди фактът, че 20% са отговорили отрицателно, 27% са избрали отговор „рядко“. Едва 7% отговарят, че децата им проявяват често съчувствие. Просоциалното поведение при децата от изследваната възраст се изразява в стремежа им да отразяват себе си в другите.

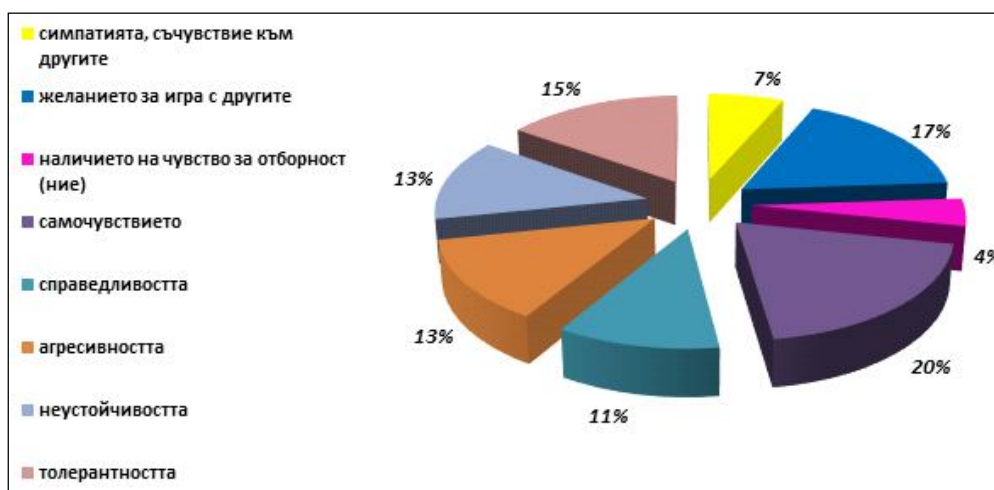
На въпроса *Преживява ли емоционалната оценка на педагога (треньор) и стреми ли се да се съобразява с нея? (фиг. 6.)* 40% от анкетираните родители смятат, че децата им се стремят да се съобразяват с емоционалната оценка на педагога (треньора), а едва 7% отговарят отрицателно. Социалната и емоционалната компетентност на детето зависят редица фактори, включително от социалната ангажираност и самочувствие, от приемането на победата или загубата, от способността да реагира на случващото се, да действа и да взема оперативни решения, от уменията за общуване с родителите и учителите, от преживяването на емоционалната му оценка, което за 33% от родителите се случва рядко, а 7% отговарят отрицателно. Внимателното разчитане на конкретните проблеми подсказва как недостигът в емоционалната или социалната компетентност полага основите на ниската самооценката на детето.

На въпроса *Проявява ли детето Ви толерантност към срещуположния пол? (фигура 7.)* родителите са единодушни, като от 30 анкетирани родители 73% отговарят положително, което е предразполагащо за развиването на емоционална и социална компетентност при учениците. От друга страна, 20% отговарят с „рядко“, а 7% отговарят с „често“. Тези отговори подсказват, че при ученици от първи клас възникват симпатии и приятелство към противоположния пол, като се развиват социалното поведение при децата и стремежът им на толерантност към близки и непознати.

Впечатление прави въпрос № 8 (*фигура 8.*) *Бихте ли описали с една дума емоционалните отношения между Вас и Вашето дете?*, който е зададен с отворен отговор, като се има за цел да открие не само емоционалното отношение на децата с близки и непознати, а и отношението на родители – деца. Отговорите на родителите се припокриват, като 27% отъждествяват отношението със своите деца с приятелство, 20% го примат като обич, а 14% – близост. Останалите отговори си разделят равни проценти, като подкрепа (13%), разбиране (13%), любов (13%). Възпитателният процес, изграден въз основата на положително емоционално общуване, е ключов фактор за бъдещото формиране на цялостното развитие на личностните черти на детето. Често междуличностното общуване между децата е отражение на взаимодействието и начина на общуване със значимите му възрастни.



Фигура 8. Бихте ли описали с една дума емоционалните отношения между Вас и Вашето дете?



Фигура 9. Кои качества търпят промяна у Вашето дете при въздействие на физическа дейност?

На (фигура 9.) са илюстрирани отговорите на анкетираните родители, свързани с това кои качества търпят промяна в децата при въздействието на физическа дейност. Отново качествата като самочувствието (20%), желанието за игра с другите (17%) и толерантността (15%) търпят промяна, които са важен барометър за изграждането на психическите особености на учениците под въздействие на развитието на физическите способности и въздействието на физическата дейност. Чувството за отборност (ние) (4%), показва, че децата практикуват основно индивидуални спортове, което намалява чувството за симпатия и съчувствие към другите (7%). От друга страна, агресивността (13%) и неустойчивостта (13%) според родителите също търпят промяна при въздействие на физическа дейност, което предполага една бъдеща позитивна съвместна работа с учителя и родителите с цел изграждане на кооперативното поведение на децата и умението им да решават конфликтни ситуации.

Не на последно място спортът и физическата дейност според респондентите развиват чувство за справедливост (11%), което е важно за учениците от началния етап на основната образователна степен.

В заключение може да се обобщи, че умелото използване на физическата дейност при учениците от първи клас в началния етап на основна образователна степен спомага за изграждане на личностните им качества

## ДИСКУСИЯ

След анализа на резултатите от анкетното проучване и направените в текста обобщения можем да формулираме следните *изводи*, които предлагаме за дискусия:

1. Родителите на учениците от изследваната възраст ясно заявяват мотивация за участие на своите деца в организирани занимания със спорт в училище и извън него.

2. Обследваната група родители оценява положително влиянието на организирани занимания със спорт в училище и извън него не само върху двигателната активност на учениците, но и по отношение на изграждане на здравословен начин на живот.

3. Участието на учениците в уроците по физическо възпитание и спорт и в извънкласните форми, свързани с физическа активност, формира категорично правилното им личностно развитие.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Резултатите от проведеното проучване се предоставят на заинтересовани страни с цел промовиране интереса на родители и ученици към двигателна активност. Препоръчваме анкетната карта да бъде допълнена и усъвършенствана, за да се получи по-ясна картина за положителното влияние на физическата активност върху личността на детето в първи клас. Надяваме се, че родителите ще бъдат запознавани с подходящите за възрастта на децата им видове спорт, които не са включени в учебното съдържание на дисциплината Физическо възпитание и спорт в училище.

## ЛИТЕРАТУРА

**Алексиева 2015:** Алексиева, М. Проучване мотивацията на учениците за участие в организирани спортни занимания. // *Спорт и наука*, изв. брой 5, 152–159. // **Aleksieva 2015:** Aleksieva, M. Prouchvane motivatsiyata na uchenitsite za uchastie v organizirani sportni zanimania. // *Sport i nauka*, Izv. broy 5, 152–159.

**Алексиева, Видиновски, Паздреков 2010:** Алексиева, М., М. Видиновски, П. Паздреков. Оптимизиране на дейностите в часовете по физическо възпитание в началния етап на основната образователна степен. // *Педагогически алманах*. Том 18 / Брой 1, 70–76. // **Aleksieva, Vidinovski, Pazdrekov 2010:** Aleksieva, M., M. Vidinovski, P. Pazdrekov. Optimizirane na deynostite v chasovete po fizicheshko vazpitanie v nachalnia etap na osnovnata obrazovatelna stepen. // *Pedagogicheski almanah*, Tom. 18 / Broj 1, 70–76.

**Борукова 2007:** Борукова, М. *Изследване някои аспекти на мениджмънта на състезания по баскетбол от европейски мащаб*. Дипломна работа за ОКС „Магистър“. София: НСА „В. Левски“. // **Borukova 2007:** Borukova, M. *Izsledvane nyakoi aspekti na menidzhmanta na sastezania po basketbol ot evropeyski mashtab*. Diplomna rabota za OKS „Magistar“. Sofia: NSA „V. Levski“.

**Видиновски 2015:** Видиновски, М. Анкетно проучване относно необходимостта от създаването на нова методика за начално обучение по катерене. // *Спорт и наука*, брой 2, 46–51. // **Vidinovski 2015:** Vidinovski, M. Anketno prouchvane otnosno neobhodimostta ot sazhdavane na nova metodika za nachalno obuchenie po katerene. // *Sport i nauka*, broj 2, 46–51.

**Гечева 2015:** Гечева, М. Анкетно проучване относно необходимостта от създаване на единна методика за обучение по баскетбол. // *Спорт и наука*, Извънреден брой, 135–141. // **Gecheva 2015:** Gecheva, M. Anketno prouchvane otnosno neobhodimostta ot sazhdavane na edinna metodika za obuchenie po basketbol. // *Sport i nauka*, izvanreden broj, 135–141.

**Дашева, Банков, Николова, Илиев 2015:** Дашева, Д., П. Банков, Е. Николова, Д. Илиев. Детско-юношески спорт и елитен спорт – конвергенция и нова визия. // *Спорт и наука*, брой 1, 3–9. // **Dasheva, Bankov, Nikolova, Iiev 2015:** Dasheva, D., P. Bankov, E. Nikolova, D. Iiev (2015). Detsko-yunosheski sport i eliten sport – konvergentsia i nova vizia. // *Sport i nauka*, broj 1, 3–9.

**Денев 2014:** Денев, С. *Физическо развитие и специфична подготвеност при деца с интелектуални затруднения при приложена специализирана методика по футбол*. Дисертация, В. Търново: ВТУ. // **Denev 2014:** Denev, S. *Fizicheshko razvitie i spetsifichna podgotvenost pri detsa s intelektualni zatrudnenia pri prilozhena spetsializirana metodika po futbol*. Disertatsia, V. Tarnovo: VTU.

**Илиева 2012:** Илиева, И. *Мотивация за спортуване в начална училищна възраст*. Русе: РУ „Ангел Кънчев“. // **Ilieva 2012:** Iieva, I. *Motivatsia za sportuvane v nachalna uchilishna vazrast*. Ruse: RU „Angel Kanchev“.

**Марков 2014:** Марков, Кр. *Социална психология*. Шумен: Университетско издателство „Епископ Константин Преславски“. // **Markov 2014:** Markov, K. *Sotsialna psihologia*. Shumen: Universitetsko izdatelstvo „Episkop Konstantin Preslavski“.

**Милева 1998:** Милева, Е. Отношение на зрителите към някои характеристики на спортното състезание. // *Сборник от Годишна научна конференция на НСА*, том II, 28–32. // **Mileva 1998:** Mileva, E. Otnoshenie na zritelite kam nyakoi harakteristiki na sportnoto sastezanie. // *Sbornik ot Godishna nauchna konferentsia na NSA*, tom II, 28–32.

**Петкова, Алексиева 2013:** Петкова, М., М. Алексиева. *Игрите в началното училище*. В. Търново: Фабер. // **Petkova, Aleksieva 2013:** Petkova, M., M. Aleksieva. *Igrite v nachalnoto uchilishte*. V. Tarnovo: Faber.

**Петрова-Владиминова 2012:** Петрова-Владиминова, М. Обогащаване на детските емоции и социалната компетентност на 5–6-годишните чрез художествената литература – резултат от ефективно педагогическо общуване. // *Дом, дете, детска градина*, бр. 5, 44–49. // **Petrova-Vladimirova 2012:** Petrova-Vladimirova, M. Obogatyavane na detskite emotsii i sotsialnata kompetentnost na 5–6-godishnite chrez hudozhestvenata literatura – rezultat ot effektivno pedagogicheskoto obshtuvane. // *Dom, dete, detska gradina*, br. 5, 44–49.

**Стефанов 2003:** Стефанов, С. Анкетно проучване на необходимостта от създаване на методика за обучение по миниволейбол. // *Сборник трудове “Кинезиология”*. Том 2, В. Търново, 65–70. // **Stefanov 2003:** Stefanov, S. Anketno prouchvane na neobhodimostta ot sazdavane na metodika za obuchenie po minivoleybol. // *Sbornik trudove “Kineziologia”*, Том 2, V. Tarnovo, 65–70.

**Църова, Нейкова, Маврудиева 2011:** Църова, Р., Т. Нейкова, Н. Маврудиева. Изследване на интересите и отношението на учениците и учителите към баскетболната игра. // *Спорт и наука*, брой 3, 58–63. // **Tsarova, Neykova, Mavrudieva 2011:** Tsarova, R., T. Neykova, N. Mavrudieva. Izsledvane na interesite i otnoshenieto na uchenitsite i uchitelite kam basketbolnata igra. // *Sport i nauka*, broj 3, 58–63.