

# ДИСТАНЦИОННОТО ОБУЧЕНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ – ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА И РЕШЕНИЯ

Корнелия Найденова

НСА „Васил Левски“, катедра „Теория на физическото възпитание“

ORCID 

Korneliya Naydenova – <https://orcid.org/0000-0001-8084-1069>

## РЕЗЮМЕ

Създадена се в началото на 2020 г. световна здравна криза и последвалата я пандемия доведоха до появата на нови обществени отношения и породиха множество неизвестни, което доведе до т.нар. ново нормално. Но кое е новото нормално и какви са параметрите на тази реалност?

Изминалите почти две години породиха търсене на решения на появилите се множество неизвестни, които преобърнаха и разбирането, а впоследствие и визията ни за съвременно образование. И ако обучението по теоретичните учебни дисциплини е възможно и дори до определена степен е нормално да протича в онлайн среда, то единството от двигателна и познавателна дейност, което характеризира учебния предмет „Физическо възпитание и спорт“, доведе, от една страна, до появата на познавателно-двигателен недостиг за учениците, а от друга, до бързо изчерпване на идеи и практики за реализиране на ефективно обучение по физическо възпитание от страна на учителите.

В настоящото изследване потърсихме и обобщихме предизвикателствата и решенията, които учителите по физическо възпитание и спорт представиха в хода на обучението в електронна среда.

*Ключови думи: електронна среда, физическо възпитание, обучение*

## DISTANCE LEARNING IN "PHYSICAL EDUCATION AND SPORT" - CHALLENGE AND SOLUTIONS

Korneliya Naydenova

National Sports Academy „Vassil Levski“, Department of Theory of Physical Education

## ABSTRACT

The global health crisis created in the beginning of 2020 and the subsequent pandemic led to the emergence of new public attitudes and gave rise to numerous unknowns, which led to the so-called "New normal". But what is the new normal and what are the parameters of this reality?

The past almost two years have led to the search for solutions of the many unknowns who have also overturned our understanding and, eventually, our vision of the education. And if learning in theoretical subjects is possible and even to a certain extent normal to

take place in an online environment, then the unity of motor and cognitive activity that characterizes the subject "Physical education and sport" has led, on the one hand, to the emergence of cognitive-motor deficiency for students, and on the other to the rapid depletion of ideas and practices for the realization of effective physical education training by teachers.

In this study, we sought and summarized the challenges solutions that the teachers of "Physical Education and Sports" presented while learning online.

**Key words:** *electronic environment, physical education, training*

## **ВЪВЕДЕНИЕ**

Последните години сме свидетели на интензивно развитие на интернет, което в практически аспект доведе до съществени промени в общуването, осъществяващо се до голяма степен през т.нар. социални мрежи в онлайн среда. Все по-често срещаме програми за дистанционно обучение, а появата на COVID-19 налага този модерен начин на обучение. Налице са и проучвания в тази посока. Pavel & al. (2015) посочват, че електронното обучение оказва значително въздействие върху образователните процеси. Автори като Chun-Hong Huang & al. (2010) допълват, че представянето на учебния материал в областта на физическото възпитание под формата на мултимедийно съдържание води до ефективизиране на процеса на учене и повишаване интереса на учениците. М. Kuleva (2020) мисли, че вследствие на пандемията от COVID-19 онлайн обучението ще бъде все по-често срещано и предпочитано.

Всички тези твърдения бяха проверени в началото на 2020 г. При въвеждане на онлайн обучението през м. март 2020 г. се оказа, че българското средно образование съвсем не е готово за това предизвикателство. Стана ясно, че това обучение съвсем не е ефективно, а учениците намират странични занимания по време на това обучение. Недостигът бе най-масабен в самото начало на обучението в електронна среда, когато за кратък период от време в публичното пространство се разпространи новината, че онлайн обучение по физическо възпитание и спорт няма да се провежда, защото няма как учениците да изпълняват упражнения зад екрана на компютъра.

## **ЦЕЛ**

Основавайки се на анализа на литературни източници и лични наблюдения, си поставихме за цел да потърсим предизвикателствата и съответните им решения, които стоят пред учителите по физически възпитание и спорт като следствие от дистанционното обучение.

За постигане на така формулираната цел си поставихме следните задачи:

1. Проучване на литературни източници по разглеждания проблем.
2. Провеждане на анкетно проучване.
3. Проучване върху онлайн ресурси, предоставени от учителите за обучение в електронна среда.

## **МЕТОДИКА**

Контингентът на изследване при проведеното анкетно проучване обхваща общо 174 учители на възраст между 23 и 63 години, което покрива целия възможен възрастов диапазон. Също така проучихме и анализирахме съдържанието на над 150 учителски профила в социалните мрежи, както и достъпни групи в тях, в които учителите обменят информация и идеи за обучението.

Обект на изследването са мненията и извършената работа от учители по физическо възпитание и спорт с акцент върху ефективността на проведеното от тях дистанционно обучение.

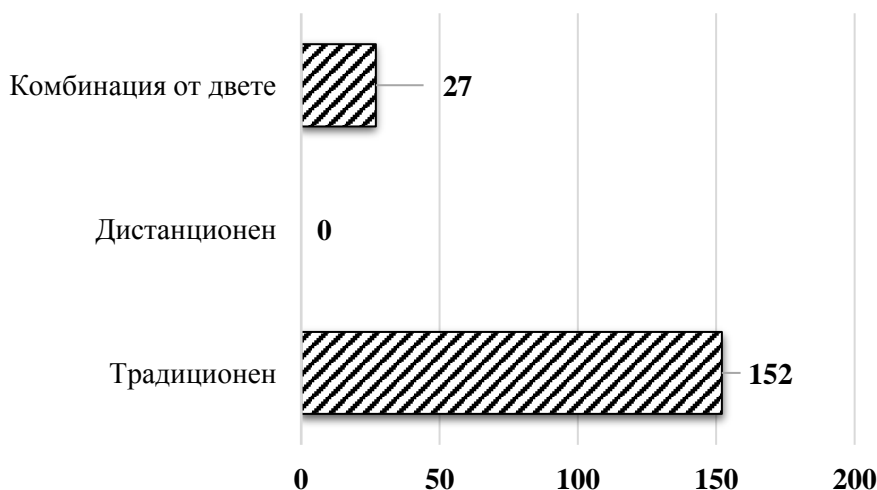
Предмет на изследване бе дистанционното обучение по физическо възпитание и спорт в периода от м. март 2020 до м. май 2021 г.

В основата на нашето изследване бе проучване на онлайн ресурсите, предоставени от учители в различни социални мрежи, които те използват и съответно препоръчват на свои колеги. Част от проучването бе и анкетна карта, съставена от общо 16 въпроса, от които 14 затворени и 2 с отворен отговор. От анкетната карта чрез еднофакторен честотен анализ анализирахме и интерпретирахме отговорите на 4 от въпросите. При отговорите анкетираните не бяха ограничени да избират само един отговор, което обяснява по-високия общ сбор на отговорите при отделните въпроси. Цялостното изследване проведохме в периода април – май 2021 г.

## **РЕЗУЛТАТИ**

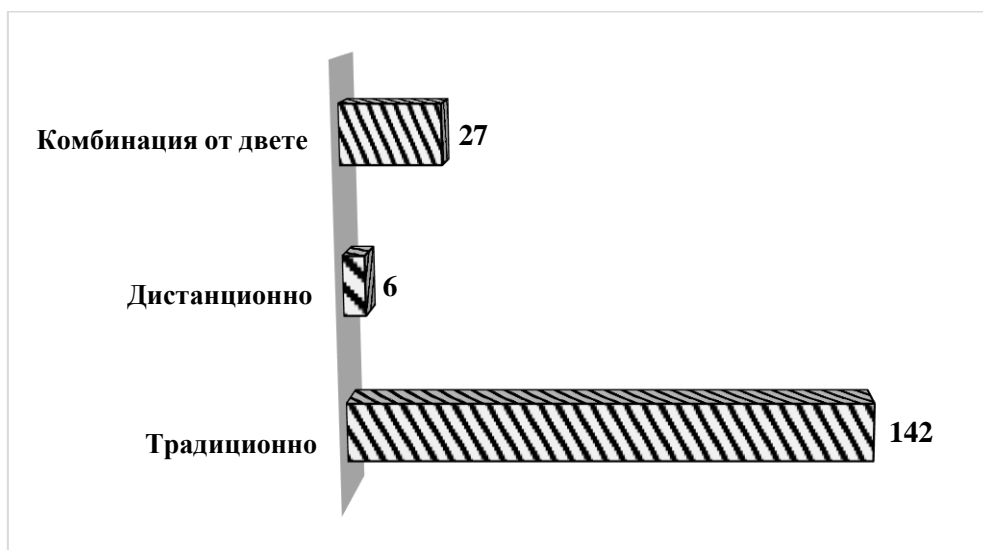
Анкетираните от нас 174 учители са на средна възраст от 43 години и половина, а преподавателският им профил показва, че извадката е съставена от учители, които преподават в начален, прогимназиален и двата гимназиални етапа на средното образование. Независимо от вида на училището, в което преподават, или пък от възрастта на учениците, както е видно от Фигура 1, нито един от анкетираните учители не определя дистанционното обучение като ефективно. 152 от тях или 87,4% определят като по-

ефективно традиционното обучение, при което учителят и учениците работят в класна стая (физкултурен салон) лице в лице. 27 посочват, че комбинация от традиционно и дистанционно обучение би била по-ефективна от провеждането на която и да е от двете форми самостоятелно.



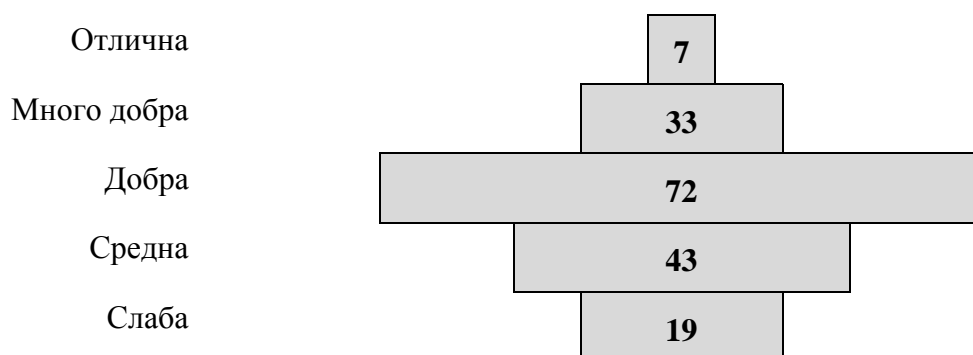
**Фигура 1.** Отговори на въпроса: „Кой според Вас е по-ефективният начин за обучение?“

Тези отговори се потвърждават и от дадените от учителите отговори на въпроса: „Как предпочитате да протича обучението?“, които представяме на следващата Фигура 2. Тук отново най-висок е процентът на учителите, които предпочитат традиционното обучение (81,6%) или общо 142 от респондентите. 27 или 15,5% от анкетираните лица предпочитат комбинация от традиционно обучение и едва шестима или 3,4% предпочитат обучението, което провеждат, да бъде в дистанционна форма.



**Фигура 2.** Отговори на въпроса: „Как предпочитате да протича обучението?“

В анкетната карта включихме и въпрос, който дава възможност на учителите да определят ефективността на провежданото от тях дистанционно обучение чрез поставяне на оценка слаб, среден, добър, много добър или отличен. Както е видно на Фигура 3, едва 7 или общо 4% от анкетираните от нас учители поставят отлична оценка, други 33 или 19% поставят оценка много добър. Противно на тях 11% поставят слаба оценка, а 15 средна. Най-висок процент 42 или общо 72 учители поставят оценка добър по отношение на ефективността на дистанционното обучение.



**Фигура 3.** „*Определете ефективността на провежданото дистанционно обучение*“

Следващият въпрос даде възможност на учителите свободно да изразят мнението си по отношение силните страни на дистанционното обучение. При прегледа на резултатите отговорите, дадени от тях, породиха сериозни притеснения. Масово даваните отговори посочват като силни страни работата в домашна среда, спестяване на време, което се губи в пътуване, възможност за теоретична подготовка, практика в технологиите, липса на контакт между учениците, разнообразие на средства и наличие на готови онлайн ресурси и др. Значителен процент от анкетираните дори не намират положителни страни в дистанционната форма на обучение.

Всичко това ни накара да потърсим и конкретни решения, които учителите са намерили на предизвикателството дистанционно обучение по физическо възпитание и спорт. Като такива решения можем да посочим:

- ✓ Създаване на презентации с чисто теоретична насоченост – техника, тактика и особености на отделни спортове и спортни дисциплини.
- ✓ Поставяне на задачи за самоподготовка от страна на учениците.
- ✓ Учебни филми, разясняващи същността на отделни спортове и спортни дисциплини.

- ✓ Показване на видеоклипове от You Tube с различна насоченост – зумба, табата, стрийт фитнес, кръгови тренировки и др. системи от физически упражнения, които учениците да изпълняват в реално време пред екрана на компютъра.
- ✓ Предоставяне на презентации, съдържащи правилознание или история на конкретен спорт или спортна дисциплина.
- ✓ Поставяне на различни предизвикателства пред учениците, като например да заснемат видеоклип, в който практикуват любимия си спорт с чифт чорапи.
- ✓ Биографии на изявени спортисти и др.

Погледнато през призмата на традиционното и познато ни образование и обучение, това са временни решения на предизвикателството дистанционно обучение, тъй като няма как чрез използването на подобни подходи или ресурси учителят да постигне държавния образователен стандарт и съответния образователен минимум. Но ако се опитаме да гледаме малко по-нетрадиционно, ако погледнем от гледната точка на компетентностния подход, който диктува тенденциите в съвременното образование, можем да определим дистанционното обучение като успешно. Тук като пример можем да дадем учители, които поставят на учениците една задача и възможността всеки от тях да потърси и даде самостоятелно решение на задачата, или пък такива, които позволяват на учениците да съставят комплекси от упражнения с наличните им вкъщи уреди и пособия, и много подобни. Имайки предвид поставената така задача, всяко едно от предоставените от учениците решения би било правилно, защото физическото възпитание не е математика, защото при обучението в движения и развиването на двигателни качества невинаги  $2+2$  е равно на 4.

Гледайки по този начин на обучението по физическо възпитание, няма как да го отнесем към едната или другата крайност, защото методите и средствата, които подбירה и прилага учителят по физическо възпитание и спорт, не могат да бъдат правилни или грешни. Специалистите следва да ги обясним с понятия като ефективност, приложимост, активност, отношение, компетенции, защото основната ни мисия е да формираме личности, което предполага да дадем на ученика свобода, да го подтикнем да твори, да бъде креативен и да умее да прилага наученото в разнообразни дейности. Тази наша мисия е колкото трудна и отговорна, толкова и благодатна и лесно изпълнима, защото основното ни оръжие са играта и физическите упражнения, които ни дават пре-

димство пред учителите от останалите учебни предмети. Няма друг учител, който да притежава правото да образова и възпитава чрез игра.

## **ДИСКУСИЯ**

И тъй като искаме да изведем предизвикателствата пред учителите по физическо възпитание и спорт след дистанционното обучение, е редно първо да изясним значението на думата предизвикателство. Може би накратко то може да бъде обяснено чрез действие или постъпка, породили недостиг, водещ след себе си решение. Но предизвикателството може да обясним и като игра на реалност. От тази гледна точка едно от предизвикателствата, които стоят пред нас, е да накараме учениците отново да се върнат към нормалното, да присъстват в училище, да са активни в урочните занимания, да комуникират със и в средата, в която се формират и развиват, а от гледна точка на учителя по физическо възпитание и спорт нормалността и реалността свързваме с играта и движението.

С оглед на направения анализ на резултатите от анкетното проучване следващото предизвикателство, пред което сме изправени, е да повишим ефективността на процеса на обучение. За да решим това предизвикателство, е необходимо да изясним целта на този процес, а именно да създадем условия учениците да овладеят необходимия обем от знания, умения и отношения, които впоследствие да превърнат в компетентности, които да прилагат. Това няма как да се получи без взаимодействие на различни нива, като освен взаимодействие учител – ученик, следва да добавим учител – учител, учебен предмет – учебен предмет и учител – родител.

Ефективността в обучението по физическо възпитание зависи главно от активността на учениците и от търсенето на пътища за превръщането им от обект в субект на процеса на обучение. Разкриването на теоретични постановки, като част от обучението, насочени към изясняване същността на изучавания учебен материал, ефекта, който играта и физическите упражнения имат върху човека, и възможностите за прилагане на наученото в реални ситуации е това, което ще ефективизира обучението. Тук можем да приложим всички тези теоретични презентации, които създадохме по време на дистанционното обучение. Възможно е отделянето на 5 до 7 минути в началото на уроците, в които, вместо да стоим с дневника или както вече е модерно с мобилни телефон и съответното приложение пред тях и да ги проверяваме и отбелязваме кой отсъства или кой е закъснял, да им помогнем посредством теоретична презентация да обогатят знанията си

за всеки спорт и спортна дисциплина, а отсъстващите в повечето случаи са едни и същи в рамките на деня.

Проведеното дистанционно обучение ни помогна да намерим и решението на още едно предизвикателство. А именно да разнообразим урочната работа чрез търсене и прилагане на както често са наричани модерни, а аз ще ги нарека различни средства и методи. Това всъщност са физически упражнения и подходи, които да заменят всекидневно прилаганите от нас. Какво би станало, ако например бягането в обход на игрището в началото на урока заменим с игра, която изисква придвижването в лек бегот от точка А до точка Б на физкултурния салон, при предварително поставени условия? Или пък ако вместо да използваме имитационни упражнения и такива по статична топка, например при начално изучаване на прав удар, като част от футболната игра им създадем игрова ситуация, в която да изпълняват този удар цялостно, всеки в зависимост от своите моментни двигателни възможности? Дали това би нарушило процеса на формиране на техниката? От гледна точка на физическото възпитание, а и не само необходима ли е перфектната техника, така както е описана в учебника, или по-важна е ефективността при изпълнението на техниката във връзка с прилагането ѝ? Внедряването на подобен подход би породило изменения в мотивацията и интереса на учениците, което е следствие от неизвестността и предизвикателството, което им поставяме, да се справят с нещо ново, с нещо различно.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Анализирайки и интерпретирайки представените в настоящата разработка резултати и наблюдавайки процесите във физическото възпитание в средното образование в страната, все по-ясно става, че е необходима промяна в гледната точка на учителя, и то не спрямо учебния предмет, а спрямо ученика и изискванията, които обществото налага към неговата подготовка. Основавайки се на използваните в дистанционното обучение материали, може да предложим към традиционния урок, в който учениците изпълняват физически упражнения, за да усвоят дадена техника или тактически подход или пък оценяваме тяхната дееспособност, да добавим чисто теоретичната информация, която е подготвена за дистанционното обучение. Тук е необходимо тази информация да бъде детайлизирана и отнесена към всеки конкретен урок, съобразно конкретните му задачи. Това ще създаде подходящите условия за учениците, които да овладеят учебното съдържание, но не изолирано за всеки спорт или двигателна дейност, а като придобита компетенция.



Когато започна дистанционното обучение, никой не каза на учителите какво да правят, но те намериха начини и се справихме съобразно условията и възможностите си. Сега е моментът да погледнем назад и да направим анализ на свършеното, да отсеем нещата, които могат да бъдат прилагани и използвани, тези, които следва да бъдат развити, и тези, които не стават. Всеки учител да изберем пътя напред, да си постави нови предизвикателства, за да продължи да формира личности.

## **ЛИТЕРАТУРА**

Chun-Hong Huan, Su-Li Chin, Li-Hua Hsin, Jason C. Hung & Yi-Pei Yu, 2010. A Sports E-learning Platform: Teaching and learning by using Multimedia contents., 3rd IEEE International Conference on Ubi-Media.

Kuleva, M. (2020). The Impact of COVID-19 Pandemic on the Evaluation of the effectiveness of online distance learning. *Pedagogy, 7s*(Sports education on the balkans during a pandemic), pp. 74-83.

Pavel A-P., A. Fruth, M-N. Neacsu, 2015. ICT and E-Learning – Catalysts for Innovation and Quality in Higher Education. *Procedia Economics and Finance*, 23, p. 704 – 711.

**Автор за кореспонденция:**

**Корнелия Найденова**

Национална спортна академия „Васил Левски“

Катедра „Теория на физическото възпитание“

e-mail: knaidenova.nsa@gmail.com