

УРАС N 27/28-02.2017г.

РЕЦЕНЗИЯ

от проф. д-р Мария Василева Тотева, дмн

относно дисертационен труд на тема „Проучване ефекта от приложението на комплексна методика за развитие на двигателните качества при ученици от VI-ти, VII-ми и VIII-ми клас“, представен от гл. ас. Пенка Минчева-Болгурова с научен ръководител доц. д-р Иван Мазнев, доктор за присъждане на ОНС „Доктор“ по научната специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ), професионално направление

7.4. Обществено здраве

Физическата дееспособност на една нация е обект на непрекъснати проучвания на широк кръг специалисти в т.ч. учители, треньори, кинезитерапевти и др. Настоящата дисертация е посветена на оптимизирането на учебния процес в училищното физическо възпитание с оглед развитие на двигателните качества при подрастващи и подобряване на здравния им статус т.е. един актуален научен проблем.

Представеният труд е от 181 стандартни машинописни страници и 90 стр. приложения. Той е богато онагледен с 62 фигури, 16 таблици и 30 фотоснимки. Списъкът на литературата е от 194 заглавия, от които 64 на кирилица и 130 на латиница.

Докторантката представя подходящо въведение, базирайки се на необходимостта от прилагане на активни стратегии за стимулиране физическата активност на подрастващите.

В труда е използвана стандартна структура на изложение – литературен обзор; методология на изследването; резултати и анализ; изводи и препоръки.

В първа глава библиографският преглед е извършен въз основа на актуална информация и е диференциран в следните основни направления:

- Здраве, физическа активност и физическа дееспособност.

- Развитие на двигателните качества на децата като задача на физическото възпитание в училищата.

- Традиционни и специализирани методики и програми за развитие на двигателните качества на децата в училищните програми по физическо възпитание.

- Развитие на двигателните качества през периода на растеж и съзряване.

- Контрол на физическата дееспособност.

Литературният коментар включва публикации от широк времеви диапазон – от тези на класици до съвременни автори. Задълбочено се обсъждат схващанията им относно основни категории в областта на физическото възпитание и тяхната актуалност. Оценявам много положително анализът на различни системи за физическа дееспособност. Той представя както българския опит, така и съвременните тестови батерии и по-специално „Фитнесграм“ и „Активграм“. Последните са сравнително непознати у нас, което дава основание на авторката да ги интерпретира подробно на фона на конкретни методични указания вкл. и в психологически аспект. В резултат на коректния библиографски анализ е направено подходящо обобщение на проблемите в предметната област на изследването. Първата глава завършва с обобщение и добре обоснована работна хипотеза, която определя насоките на бъдещия експеримент.

Глава втора включва „Методология на изследването“ в т.ч. „Методиката на експеримента“, което е основна част на проучването.

Представената цел на изследването е формулирана ясно и конкретно – насочена към реализиране на научната теза на докторантката. Изведени са 6 основни задачи, които гарантират успешното изпълнение на заплануваната програма – съответна на работната хипотеза.

След добре дефинирани обект и предмет на проучването е извършена подробна характеристика на **контингента**. Той е непреднамерен и многоброен. Състои се от 348 ученика от Англо-американското училище, разпределени в опитна (244 д.) и контролна (100 д.) групи. Те са

диференцирани по пол и клас. Съгласно поставената цел са оформени 3 групи извадки (ученици от VI-ти, VII-ми и VIII-ми клас), които провеждат разработената от авторката методика. Те са подложени на лонгитудинални изследвания по следната схема:

- лонгитудинално 1 – в 3 последователни учебни години (VI, VII, VIII кл.);
- лонгитудинално 2 – в 2 последователни учебни години (VI, VII кл.);
- лонгитудинално 3 – в 2 последователни учебни години (VII, VIII кл.).

Контролната група се обучава съобразно стандартната програма по физическо възпитание. Тестирането на целия контингент е извършено в началото и края на учебната година.

Организацията на заниманията е съобразена с обучението по физическо възпитание в Агло-американското училище т.е. провежда се в 3 триместъра по 10 седмици с продължителност на урока 65 мин., 2 или 3 пъти седмично. Експерименталната методика е диференцирана в посочената учебна програма. Особено важен е третият период (март, април, май), в който на базата на самооценка и нормативните стандарти по „Фитнесграм“ се разработват индивидуални програми за физическа активност през свободното време на учениците.

Използваната изследователска батерия включва тестове подбрани след пилотно изследване на програмата „Фитнесграм“. Те са групирани в следните направления:

- Антропометрични признаци – ръст и тегло;
- Физиометрични показатели – BMI и максимална кислородна консумация;
- Показатели за физическа дееспособност – 6 теста: совалково бягане; бягане 1 миля (1609 м); лицеви опори; повдигане на торса; „седни и докосни“; канадски коремни преси.

Въз основа на индивидуалните характеристики П. Минчева разработва протоколи за оценка и самооценка на постиженията на учениците.

Получените резултати са подложени на статистическа обработка чрез информативен инструментариум.

Висока оценка заслужава разработената комплексна експериментална методика за развитие на двигателните качества на учениците. Тя отговаря на всички педагогически изисквания и включва:

- Методични указания за организация и обучение с разработени 3 станции от разнообразни комплекси от упражнения, развиващи кардиореспираторната издръжливост, мускулната сила, гъвкавостта и координацията;

- Метод на кръговата тренировка и игровия метод;

- Прилагане на индивидуален подход при обучението и оценката на двигателните програми на подрастващите;

- Организацията, периодизацията и конкретното съдържание на разработената авторска програма.

В дисертацията много добре са описани и онагледени със снимков материал методиката на обучение чрез разнообразни средства – подскоци на въже; fitball упражнения; с еластични ленти; гирички; медицинска топка; баланс борд; стречинг.

В глава трета „Резултати и анализ“ големият брой междинни и крайни резултати от експеримента са анализирани подробно и с изключителна компетентност. Получените статистически данни са обсъдени в следните схеми:

- Сравнение между началното и крайно измерване във всеки клас;

- Сравнение между класовете след второто измерване;

- Сравнение между всички VI-ти, VII-ми и VIII-ми класове;

- Сравнение на прираста между експериментална и контролна групи по класове и пол.

При анализа много успешно се коментира прираста на отделните показатели, който дава обективна картина за настъпилите възрастово-полови промени.

Особено съществена информация е получена от приложния корелационен анализ, разкриващ спецификата на зависимостите между отделните характеристики.

Голям интерес представлява сравнителния анализ между резултатите на опитната и контролна групи. Те показват, че експерименталната методика съществено подобрява нивото на функционалните показатели и двигателните качества, което е обективен атестат за нейната ефективност.

Заключителната част на труда заслужава специално внимание, тъй като оценъчната система на „Фитнесграм“ дава възможност за обоснована оценка относно нивото на функционална и двигателна годност.

Всички резултати (добре онагледени) на учениците, обучавани по авторската методика, са в т.н. „зони на здравето“, което представлява успешна реализация на поставените задачи в научния труд.

Дисертацията завършва с 6 извода, които отговарят на поставената програма на проекта – реализиран по най-добрия начин.

Предложените 4 препоръки имат своята теоретико-практическа значимост.

Достойнствата на извършеното изследване могат да бъдат групирани в следните научни **приноси**, дефинирани, както следва.

- Разработена и апробирана е високоефективна методика за обучение по физическо възпитание, която оптимизира учебните програми и успешно подобрява кондицията на учениците.

- Експериментално е доказана значимостта на тестовете за оценка на физическата дееспособност с предложения за редукция на част от тях и възможност за въвеждане на по-информативни показатели за оценка на двигателните качества.

- Изградената методика на обучение включва разнообразни средства, които имат доказан ефект върху физическата дееспособност и здравния статус на подрастващите.

- За първи път у нас е въведена системата „Фитнесграм“, което мотивира и осигурява активно участие на учениците в самостоятелно разработване на индивидуални двигателни програми, свързани с техните интереси и възможности.

- Представената научно-практическа програма със своите достойнства позволява въвеждането ѝ в обучителния процес по физическо възпитание в общообразователните български училища.

Във връзка с проучването са публикувани 3 научни статии.

Авторефератът отразява основни постановки на изследването.

Заклучение

Въз основа на подробния ми анализ и изтъкнатите безспорни научни приноси, давам високо положителна оценка на дисертационния труд „Проучване ефекта на приложението на комплексна методика за развитие на двигателните качества при ученици от VI-ти, VII-ми и VIII-ми клас“. В резултат на богатата експериментална програма се доказва положителния ефект от въвеждането на нова иновативна обучителна методика, целяща подобряване на двигателния и здравен статус на учениците.

Въз основа на това, предлагам на Уважаемото научно жури да присъди образователната и научна степен „Доктор“ на гл. ас. Пенка Рускова Минчева-Болгурова, за което тя притежава неоспорими професионални качества.

Рецензент:



проф. д-р Мария Василева Тотева, дмн