ВЕЛИКОТЪРНОВСКИ УНИВЕРСИТЕТ
„Св. Св. КИРИЛ И МЕТОДИЙ”
ПЕДАГОГИЧЕСКИ ФАКУЛТЕТ
КАТЕДРА”ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ”

АНТОАНЕТА ИВАНОВА ДАСКАЛОВА-ЯНКОВА

СПЕЦИАЛИЗИРАНА ПСИХОФИЗИЧЕСКА ПОДГОТОВКА ЗА УЧЕНИЦИ ОТ НАЧАЛНА УЧИЛИЩНА ВЪЗРАСТ

АВТОРЕФЕРАТ

на дисертация за присъждане
на образователно- научна степен „ДОКТОР”
по науча област: 1. Педагогически науки
Професионално направление: 1.3. Педагогика на обучението по...
Научна специалност: Теория и методика на физическото възпитание и спортна тренировка

Научен ръководител доц. д-р Теодора Давидова

Велико Търново 2011

УВОД

Живеем в динамично време със своите характеристики, с които трябва да се съобразяваме, тъй като те все по-категорично се отразяват върху детското развитие.

Множество изследвания доказват, че общата деструктивност на поведението на днешните ученици е породено от неспособността им да уравновесят неблагоприятните фактори на външната средата (дълбока криза в образованието; консуматорски нагласи; липсата на обществен морал и положителни модели на поведение в държавата) с тези на вътрешната среда (повишено нервно-психическо напрежение породено от: несигурност и тревога; липсата на подкрепа и разбиране от страна на семейството и училището; поразена вътрешна биосреда; намалени възможности за трениране на уменията за справяне). Липсват мотиви за волевите действия, реализация и успех. Като естествен резултат се получава демотивирането на учениците.

Задълбочен анализ на тенденциите в детското развитие съдържа *Националната стратегия за детето 2008 - 2018 г*. В нея се предвиждат и конкретни мерки в няколко основни направления:

1. Въвеждане на системно здравно образование в училище и повишаване физическата активност на децата в училищна възраст.

2. Подобряване на механизмите за участие на децата в образователния процес и в живота на училището.

3. Превръщане на училището в социална територия, допринасяща за здравното, психичното и емоционалното благополучие на детето.

В същата посока е и последната Национална кампанията „Участвам и променям!" (2011 г.) на Министерството на образованието, младежта и науката, насочена към физическо и психическо здраве, и социално благополучие на децата.

В настоящия труд чрез прилагане на специализирана психофизическа подготовка в училище ще се опитаме да докажем, че при сегашното състояние на учениците е възможно стабилизиране на вътрешната им среда посредством създаване на устойчиво психично състояние на вътрешната (психическа) дейност и осигуряване на волеви действия, придружени с емоционални преживявания, за реализирането на външната (физическа) дейност. Това е възможност за възстановяване единството на цялостната структура на дейността, повишаване на психофизическата готовност на учениците и адекватната им адаптация при бъдещи промени на външната среда.

Така физическото възпитание и спортът ще изпълнят освен традиционните си цели и задачи и една нова - да се повиши психофизическата готовност на учениците за предизвикателствата на новото време и овладяване на последните тенденции в детското развитие.

На база на теоретичния анализ и обобщенията извеждаме следната работна хипотеза:

При системно прилагане на специализирана психофизическа подготовка с ученици от начална училищна възраст се повишава тяхната психофизическа готовност.

ЦЕЛ, ЗАДАЧИ, ПРЕДМЕТ И ОБЕКТ, МЕТОДИКА, ОРГАНИЗАЦИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО И МОДЕЛ НА СПЕЦИАЛИЗИРАНА ПСИХОФИЗИЧЕСКА ПОДГОТОВКА

Цел и задачи на изследването

Целта на изследването е да се създаде Модел за специализирана психофизическа подготовка.

Задачи:

1. Литературен обзор на научните основи на специализираната психофизическа подготовка.
2. Експериментиране на Модела за специализирана психофизическа подготовка.
3. Провеждане на педагогически експеримент с усъвършенстваният Модел за установяване ефекта от специализирана психофизическа подготовка.
4. Изготвяне на Модела във вид готов за внедряване в практиката.

Предмет и обект на изследването

Предмет на изследването е ефективността на Модела за специализирана психофизическа подготовка.

Обект на изследването са общо 404 ученици, като от 1 клас са - 34, от 2 клас- 82, от 3 клас- 172, от 4 клас -116. Те са разделени на 17 експериментални групи и на 17 контролни групи.

Методика на изследването

За доказване на хипотезата, постигане на целта и решаване на задачите е приложена комплексна методика, включваща:

1. Проучване на литературните източници

Общият брой на използваните източници е 162, като литературни източници са 134, броят на използваните „Сайтове" е 23, на „Стратегии" -2, на „Публикации в пресата" -3. Източниците са от направлението: педагогика, теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка, психология, спортна психология, анатомия, физиология и статистика.

2. Педагогическо наблюдение

За да се установи визуално разликата в поведението на учениците след въздействието на Модела в началото на учебната 2002/2003 год. започва педагогическото наблюдение, което продължава и по време на педагогическия експеримент през учебната

2008/2009 г. Проследени са промените в познавателната подструктура на психическата готовност, като са наблюдавани близо 1500 ученици от начална училищна възраст. Авторът в своята педагогическа практика непосредствено наблюдава 250 ученици в начална училищна възраст.

Педагогическото наблюдение спомага за подобряване Модела за специализирана психофизическа подготовка. Обогатени са методите и средствата за формиране психическата готовност, а чрез допълнителни дейности е осигурено трениране на уменията за справяне на учениците. Повишени са методическите изисквания и контрола при провеждане на специализираната психофизическа подготовка.

3. Педагогически експеримент

По време на педагогическия експеримент е експериментиран усъвършенствания Модел за специализирана психофизическа подготовка за ученици от начална училищна възраст.

Етапи на педагогическия експеримент.

Първият етап на педагогическия експеримент започва в началото на октомври 2008год. и неговата цел е установяване на изходното състояние на моментната психофизическа готовност на групите преди въздействието.

Във втория етап е експериментиран Модела. Провежданият педагогически експеримент протича при обичайните учебни условия. През този етап е приложено допълнително въздействие върху 80 ученика от експерименталната група за повишаване нивото на формираната им готовност и степента на адаптивност по време на експедиция в Източните Родопи.

В третия етап са установени настъпилите промени от експерименталното въздействие на Модела. Констатирани са значителни промени от първоначалните параметри на психическата готовност отчетени при предварителното изследване.

Моделът за специализирана психофизическа подготовка е изграден върху програмата „Здраве чрез движение сред природата", съобразена с Теорията и методиката на физическото възпитание, и едновременно въздейства върху физическата и психическата готовност.

I. **Целта** на Модела е формиране на адекватна психофизическа готовност на учениците в начална училищна възраст.

II. **Задачи** на Модела:

1. Обогатяване знанията на учениците за: човешкото тяло, нуждата му от движение, многообразието на природата и опазването й.

2. Поддържане на добро физическо и психическо здраве.

3. Създаване на условия за по- успешна адаптация на учениците към социалната среда.

4. Подобряване на уменията на учениците за общуване и социално включване, което позволява при възникването на екстремална ситуация в училище, групата бързо да се организира, тъй като учениците могат да работят в екип.

5. Усъвършенстване на психическата и физическата страна на готовността, като основни подструктури на психофизическата готовност. Със своята достъпност Моделът дава възможност за едновременно, групово трениране на ученици с различни възможности.

III. **Съдържание** на Модела:

В контекста на физическото възпитание в началното училище елементите на Модела са: Специализирана двигателна подготовка и Допълнителни дейности.

Специализираната двигателна подготовка се провежда през първите шест месеца на учебната година, като през пролетта (оставащите два месеца от учебната година) учениците тренират наученото в градския парк или в двора на училището. Тя се състои от обща и специална подготовка:

Общата двигателната подготовка допринася за формирането на:

- физическата готовност за изпълнение на упражненията от специалната част, устойчивост в раменния пояс, укрепване на гръдните и гръбните мускули;
- добра физическа подготовка, трениране на концентрацията и превключването на вниманието;
- двигателни умения и навици;
- познания за човешкото тяло и мотивация за поддържане на добро здраве.

Чрез **Специалната подготовка** се формират отделните компоненти на психическата и физическата готовност, и се удовлетворяват базовите потребности на учениците от начална училищна възраст, като се използват възможностите на системата Паневритмия (изучават се движенията, словото и музиката й).

Допълнителните дейности се реализират: в населеното място (по време на игра и спортни състезания в „Празници за деца и родители” в градския парк); с извеждане сред природата на еднодневни походи, петдневни експедиции през пролетната ваканция и десетдневни „Летни училища на планина”.

Допълнителните дейности в Модела осигуряват възможности за:

- трениране адаптирането към променящата се среда;
- нагледно обогатяване на представите, асоциациите и придобиване на нови знания, посредством учене чрез преживяване;
- трениране на уменията за справяне и на адекватно поведение сред природата;

- трениране на уменията за социално включване;

- повишава мотивацията за справяне чрез удовлетворяване на базовите потребности.

IV. **Средства** на Модела за специализирана психофизическа подготовка

Основни средства:

- Физическите упражнения от Паневритмията. Те са основно и специфично средство и се различават със своята форма и съдържание.

- Общоразвиващи упражнения с естествено приложен характер от физическото възпитание и спорт, и упражнения за фината моторика.

- Играта;

Допълнителни средства за въздействие

- Музиката на Паневритмията;
- Словото в Паневритмията;
- Взаимоотношенията в групата;
- Естествените сили на природата: слънце, въздух и вода;
- Туризъм по време на летните училища и експедициите;

V. **Видове дейности** в Модела за специализирана психофизическа подготовка.

Дейности за формиране на физическа готовност

1. Игрова дейност, която съдържа подвижните, музикални и спортно-подготвителни игри.

2. Гимнастика: основна- упражненията от Паневритмията, общоразвиваща, лечебна гимнастика и аеробика.

3. Туристическа дейност с различна продължителност и натоварване, обособена в няколко вида- пешеходен, колотуризъм, културен (свързан с исторически забележителности) и др.

4. Спортна дейност, която включва спортни състезания провеждани по време на „Празниците за деца и родители” и „Летните училища на планина”.

Дейности за формиране на психическа готовност

1. В специализираната двигателна подготовка *за вербализиране на представите и асоциациите* се прилагат: пеене, рисуване, куклен и дискусионен театър, игри на ритмични асоциации, театър на жестовете, изработване на колажи по текстовете на Паневритмията.

2. По време на „Летните училища на планина”:

- *За развиване на фината моторика*: изработване на кукли и цветни оригами; сглобяване на дървени фигури и тяхното оцветяване; направа на хвърчила; нареждане на пъзели.

- *За обогатяване на представите, асоциациите и развиване на въображението*: писане на есета, разкази и стихотворния в кръжок за

себеизразяване чрез слово; рисуване сред природата и изразяване в цветове и форми на впечатленията от походите; участие във фотоконкурси.

- *За придобиване на нови знания*: наблюдаване и изучаване на редки, защитени растителни и животински видове; посещение на средновековни крепости и тракийски светилища; палеонтология; търсене на минерали; екология- опазване и грижа за природата: посещение на еко-пътеки и почистване на природата.

- *За повишаване на мотивацията и оценка на постиженията* се провеждат конкурси и се връчват награди.

Дейности за формиране на адекватна психофизическа готовност

1. Изпълнение на Паневритмията в различни местности и при различни въздействия на средата- разнообразен терен, природни картини (пейзажи), аромати, слънце, вятър и др.;
2. Алпийско катерене при различна трудност, дължина и наклон на скалата;
3. Опознавателни маршрути с кану и рафтинг по река Арда;
4. Планинско колоездене;
5. Маратон по аеробика;

VI. **Методи** в Модела за специализирана психофизическа подготовка.

За постигане на определените цели и за решаване на конкретните задачи в заниманията от Модела се използват:

1. Методи за осъществяване на двигателната дейност;
2. Методи за възпитание;
3. Методи за проверка, за контрол и отчитане.

VII. **Форми на организация** на заниманията в Модела

Посредством *урока*, като основна форма, методически последователно и системно се провеждат заниманията по Модела. Структурата на урока е съобразена с теорията и методиката на физическото възпитание, и Държавните образователни изисквания. Заниманията на този етап са извънкласни в седмичен режим от две занимания. Те са допълнени с периодични извънучилищни форми.

VIII. **Планиране и отчитане** в Модела за специализирана психофизическа подготовка

1. Планиране

- При *планиране на урочната работа*, въз основа на програмата на Модела за специализирана психофизическа подготовка, в работна тетрадка учителят отразява предварителната подготовка на за урока;
- Извънучилищните форми

„Празниците за деца и родители” се планират в зависимост от броя учениците от съответното училище или в съответния град. Експедициите и Летните училища се планират общо за цялата мрежа от училища, в които се прилага Модела, като се следват принципите – ново, интересно, полезно.

Дейностите се съобразяват с потребностите на учениците.

2. Отчитане на планираната дейност

Текущият отчет намира приложение непосредствено след завършване на урока и се отразява в работната тетрадка. Периодично се правят снимки от изпълнението на упражненията в групата и се анализират от педагога.

Заключителният отчет се изготвя в края на учебната година. Учителят прави обобщен анализ на извършената работа и постигнатите резултати. Описва най-интересните случаи в групата.

В края на учебната година се организира представяне пред родителите, класните ръководители и директора на училището, на което учениците показват наученото през учебната година. Изнасят се резултатите от наблюдението през учебната година.

През учебните 2002/2003 год. и 2004/2005год. са проведени научни изследвания на Модела, като резултатите са изнесени на: две научни конференции „Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото”; конференции по физическо възпитание и спорт; конференции свързани с образованието; конференции по психология, кинезотерапия и спортна медицина в страната и чужбина (Драма, Гърция,2004), общински кръгли маси.

IX. **Работа с родителите** в Модела

Последните анализи доказват значимостта на родителите и семейството при формиране готовността на учениците. Затова в Модела е предвидено семейно консултиране от опитен клиничен психолог и участие на родителите във всички допълнителни дейности. В края на всяка учебна година те споделят впечатленията си от работата по Модела.

X. **Осигуряване** на Модела за специализирана психофизическа подготовка.

- Подготовка на кадри

Учителите, които провеждат Специализираната психофизическа подготовка са подготвени в Центъра за следдипломна квалификация към НСА ”В. Левски” съвместно с „Институт за изследване и прилагане на Паневритмията”. В периода 2000 - 2007 г. специален курс по Паневритмия са преминали 280 учители, от които 11 са повишили квалификацията до второ ниво- обществен инструктор. „Институтът за изследване и прилагане на Паневритмията” организира и координира работата по Модела за специализирана психофизическа подготовка.

Той провежда ежегодно поддържащо обучение на учителите. Обсъждат се наблюдаваните трудности, поведението на учениците и мненията на родителите.

- Материално осигуряване

За провеждане на специализираната психофизическа подготовка се използва материалната база (физкултурния салон, класна стая, двора) на училищата, в които се прилага Модела.

- Научно осигуряване

За научното консултиране на работата по Модела се използват учени и специалисти от НСА „В. Левски". При необходимост се търси съдействието на учени и от другите университети.

4. Беседа

След предварителното изследване през учебната 2004/2005год. са проведени общи беседи с директорите и класните ръководители в съответните училища, участващи в изследването, потвърдени са особеностите в поведението на част от изследваните ученици и са очертани тенденциите. Проведени са беседи по време на родителски срещи, на които родителите потвърдиха първоначалните резултати от изследването.

Резултатите са обсъдени със специалисти в областта на теорията и методиката на физическото възпитание, педагогиката, клиничната и обща психология.

Проведени са беседи с учителите и родителите на учениците, участвали в допълнителните дейности.

5. Анкета

Приложени са:

- Анкета за класните ръководители, свързана с психическата готовност на учениците;

- Анкети за класни ръководители и ученици, свързани с физическата готовност на учениците в часовете по физическо възпитание и спорт;

6. Методи и тестове за измерване на психофизическата готовност

Методи за измерване на ситуативната психическа готовност

1. Скала за изследване на детската тревожност децата от 8 до 12 г.

2. Методика на недовършеното изречение за изследване на детската тревожност - В настоящото изследване тази методика- *проследяване промяната на броя на отрицателните думи(будещи тревога)*, се използва за определяне степента на позитивиране.

3. Самочувствие, активност, настроение(САН);

4. Методиката за самооценка на Дембо-Рубинщейн - Включва въпроси за самооценка на представата за себе си по пет показателя– ръст (височина), здраве, ум, доброта, щастие.

5. Тепинг тест - оценява функционалното състояние на нервната система на учениците и се изследва психомоторната.

Методи за измерване на ситуативната физическа готовност

Приложени са стандартни тестове:

1. Скок на дължина от място, с два крака- за измерване на взривната сила на долни крайници.

2. Хвърляне на плътна топка от 1 кг с две ръце над главата- за измерване на взривната сила на горни крайници.

3. Максимален брой клякания за 20 сек- за измерване динамичната сила на долни крайници.

4. Гладко бягане на 20 м висок старт- за измерване на бързината.

5. Бягане 200м с висок старт- за измерване на издръжливостта.

Методи за измерване на междуличностните отношения

- Социометрично изследване на детската група

Социометричната процедура е непараметрична и основната единица е *изборът,* направен в резултат на два въпроса: „Кого от твоя клас ще поканиш на рождения си ден?" и „С кого желаеш да стоиш на един чин?".

Чрез Социоматрица се пресмятат нейните две аналитични части:

„Зона на емоционална интензивност" за отчитане на: потоците на положителни и отрицателни емоции, емоционалната интензивност и социометричния статус на учениците в групата.

„Зона на емоционална екстензивност"- показва потоците на симпатия и антипатия, както и положителните и отрицателните отношения в групата.

7. Статистически методи за обработка на резултатите

Данните от изследването са въведени и обработени с помощта на специализирания програмен продукт SPSS 16.0. Използвани са статистически методи във физическото възпитание.

Резултатите от педагогическия експеримент са обработени с вариационен, корелационен и честотен анализ за анкетни проучвания. За обработката на данните и проверка на хипотези е приложен сравнителен анализ. Изчислен е прирастът на резултатите на изследваните лица. Чрез графичен анализ данните са интерпретирани графично.

8. Организация на изследването

От началото на учебната 2002/2003 год. започва педагогическото наблюдение. В началото на учебната 2004/2005год. стартира предварително изследване на психическата готовност на учениците в начал-

на училищна възраст. Формирани са 11 експериментални групи и 11 контролни групи от една и същата възраст в съответното училище. Изследвани са 230 ученика (по 115 в експерименталната група и контролната група) от 1 до 4 клас с четири теста за диагностика и измерване на психическата готовност. Като учениците от експерименталната група са обучавани по Модела в продължение на 1 и 2 години по един учебен час, два пъти седмично.

В изследването участват: Димитровград – СОУ „Л. Каравелов”, СОУ „В. Левски” и ОУ „Св. Кл. Охридски”; Русе - СОУ„Възраждане”; Варна- ОУ „Гео Милев” и Ямбол- НУ „Проф. П. Нойков”.

Проведено е социометрично изследване за промяната на междуличностните отношения в паралелките с 164 ученика, като 82 ученика участват в специализираната двигателна подготовка.

С анкета за класните ръководители на 70 ученици от експерименталните групи в Димитровград и Русе е проследена промяната в познавателната и емоционалната подструктура на психическата готовност.

След анализа на резултатите Моделът за специализирана психофизическа подготовка е окончателно завършен. Оптимизирана е методиката за преподаване. Изработена е методика за контрол и отчет. До 2008 г. Моделът е усъвършенстван.

През учебната 2008/2009г. е организирана и проведена изследователска дейност за установяване ефективността на усъвършенстваният Модел. Започва проучването на литературните източници. Определени са експерименталните методи и са подбрани тестовете.

Изследвани са 174 ученици (по 87 в експерименталната група и контролната група) от 3-ти и 4 –ти клас с едногодишно и тригодишно обучение (по един учебен час седмично) по Модела. В Експеримента участват: СОУ „Вл. Комаров” - Велико Търново; СОУ „Хр. Ботев” - Цар Калоян; СОУ „Л. Каравелов” и ОУ „П. Славейков” в Димитровград; СОУ „Възраждане” - Русе и НУ „П. Евтимий”- Плевен. Учениците са разделени на 6 експериментални групи и 6 контролни групи от една и съща възраст в съответното училище.

В края на учебната година изследванията отново са повторени. Анкета за физическата готовност в часовете по физическо възпитание и спорт на общо 180 ученика от експерименталната група и контролната група е попълнена от класните им ръководители. В тази посока са анкетирани 122 ученици, включени в експерименталната група и контролната група.

Резултатите от двете изследвания са систематизирани и е направена математико - статистическа обработка на данните. Резултатите са изнесени в таблици и са онагледени посредством графики и диа-

грами. Направен е честотен анализ на проведените анкетни проучвания.

Оформен е дисертационния труд.

АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕТО НА МОДЕЛА ЗА СПЕЦИАЛИЗИРАНА ПСИХОФИЗИЧЕСКА ПОДГОТОВКА

При всички изследвания е направен вариационен анализ. Резултатите показват, че извадките са приблизително еднородни (V<30%). Разпределението е симетрично и има нормален ексцес.

В началото при всички изследвания не се наблюдава достоверна разлика между експерименталната група и контролната група.

1. РЕЗУЛТАТИ ОТ АНКЕТНОТО ПРОУЧВАНЕ

В резултат на осигурените от Модела за специализирана психофизическа подготовка положителни емоции, подкрепяща среда и богатство от преживявания, споделени в групата, се отчита:

- Въздействие върху познавателната подструктура на психическата готовност, тъй като са подобрени концентрацията на внимание и логическото мислене;

- Увеличаване на тонуса и психическата издръжливост, успокояване като цяло, подобряване на социалните отношения, нарастване на активността и емоционалната ангажираност в часовете по Физическо възпитание и спорт, което доказва въздействието върху емоционалната подструктура на психическата готовност на учениците;

- Повишаване мотивацията за учене и нарастване на желанието за участие в дейности, свързани с двигателна активност и в дейностите на класа, което доказва въздействието на Модела върху волевата подструктура на психическата готовност на учениците;

- Въздействие върху физическата готовност на учениците, тъй като са подобрени издръжливостта, бързината и двигателно- координационните способности на учениците.

2. РЕЗУЛТАТИ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕ НА ПСИХИЧЕСКАТА ГОТОВНОСТ

Резултати от изследването на отделни елементи на психическата готовност

Развитието на емоционалната подструктура е един от акцентите на специализираната двигателна подготовка в Модела, затова е проследена нейната промяна чрез изследване на: детската тревожност; позитивирането; самочувствието, активността и настроението.

Стойностите на гаранционната вероятност P(t) от сравнителния анализ за независими извадки между експерименталната група и контролната група за отделните елементи, свързани с психическата готовност, са изнесени в таблица №1.

ТАБЛИЦА №1

Достоверност на разликите между експериментална и контролна групи след експеримента

Показатели		Експеримент.		Контролна		Разлика	t	P(t)
		$\bar{X}_E$	S_E	$\bar{X}_K$	S_K			
1.	**Тревожност**	6,66	1,81	8,25	1,42	1,60	-6,49	**99,99%**
2.	**Позитивиране**	8,31	2,62	9,99	2,37	1,68	-4,43	**99,99%**
3.	**Самочувствие**	7,54	1,00	6,61	0,88	-0,93	6,53	**99,99%**
4.	**Активност**	7,15	1,31	5,70	1,04	-1,45	8,10	**99,99%**
5.	**Настроение**	7,72	0,74	5,94	0,80	-1,78	15,25	**99,99%**

Потвърждава се хипотезата, че разликата между средните величини е статистически достоверна при всички елементи на психическата готовност.

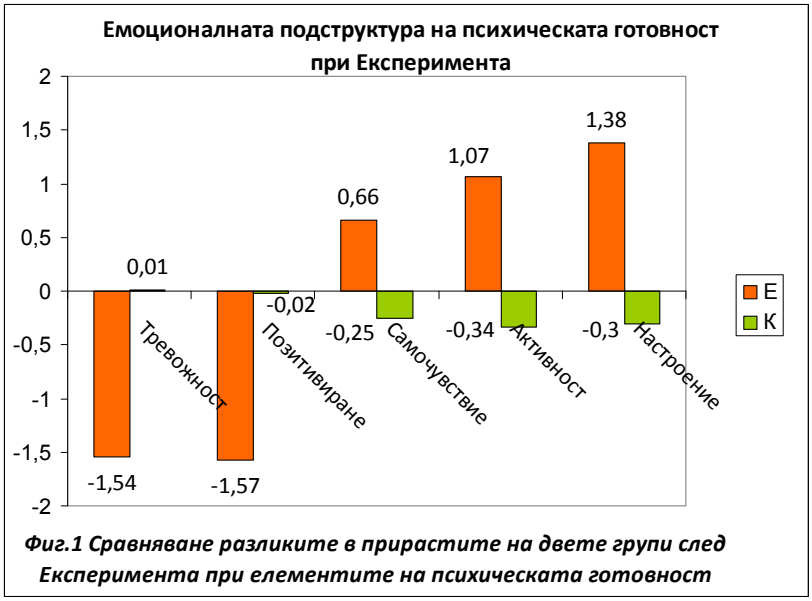
Проверяваме резултатите с t- критерия на Стюдънт за зависими извадки за експерименталната група и контролната група, като стойностите са показани в таблица №2 и са онагледени на Фиг.1.

ТАБЛИЦА №2

Достоверност на прираста на средните стойности на изследваните показатели при експеримента - експериментална група

Показатели		Начало		Край		Прираст d	t	P(t)
		$\bar{X}_1$	S_1	$\bar{X}_2$	S_2			
1.	**Тревожност**	8,20	1,56	6,66	1,81	-1,54	9,38	**99,99%**
2.	**Позитивиране**	9,89	2,01	8,31	2,62	-1,57	5,70	**99,99%**
3.	**Самочувствие**	6,89	1,03	7,54	1,00	0,66	-4,28	**99,99%**
4.	**Активност**	6,08	0,94	7,15	1,31	1,07	-6,61	**99,99%**
5.	**Настроение**	6,34	0,83	7,72	0,74	1,38	-12,41	**99,99%**

В експерименталната група статистически значима промяна се наблюдава при намаляването на детската тревожност и при нарастване на позитивирането, настроението и активността. Малко по-малък е ръста на нарастване на самочувствието.



Фиг.1 Сравняване разликите в прирастите на двете групи след Експеримента при елементите на психическата готовност

Следователно в резултат на усъвършенстването на Модела се е повишила активността на учениците от експерименталната група. Докато при техните съученици от контролната група намаляват активността, настроението и самочувствието, а тревожността и позитивирането не се променят по време на изследването.

Резултати от изследването на отделните елементи на психическата готовност в зависимост от продължителността на въздействието

След прилагане на едногодишно въздействие на Модела при гаранционна вероятност P(t)> 99% в експерименталната група се наблюдава намаляване на тревожността и нарастване на позитивирането, активността и настроението на учениците. При учениците от контролната група активността и настроението намаляват.

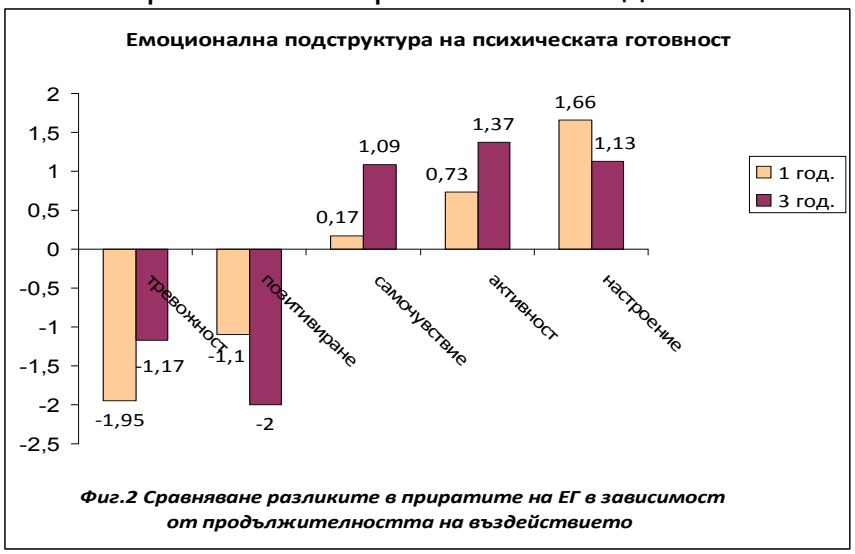
Следователно едногодишното въздействие не е достатъчно за промяна при всички елементи на психическата готовност.

На Фиг. 2 са сравнени разликите между едногодишното и тригодишното въздействие при елементите на психическата готовност в експерименталните групи.

При тригодишното въздействие на Модела от сравнителния анализ за независими извадки се потвърждава хипотезата, че разликата между средните величини при всички елементи на психическата готовност е статистически достоверна.

От сравнителния анализ за зависими извадки можем да заключим, че при експерименталната група статистически достоверна разликата при P(t)= 99,99% се получава при всички изследвани елементи на психическата готовност. В същото време при учениците от контролната група достоверната промяна е свързана с намаляване на

настроението. Тревожността, позитивирането, самочувствието и активността не се променят по време на изследването.



Фиг.2 Сравняване разликите в приратите на ЕГ в зависимост от продължителността на въздействието

От анализа на резултатите можем да направим следното обобщение: Трайно понижаване на детската тревожност и нарастване на позитивирането, активността и настроението на учениците от експерименталната група е възможно само при продължително (поне двугодишно) въздействие на Модела. За нарастване на самочувствието, което е важно за адекватността на психическата готовност, е необходимо тригодишно въздействие на Модела. Затова предвиденото обучение по Модела е четиригодишно.

Резултати от изследване на елементите на Самочувствието, Активността и Настроението

30-те двойки противоположни състояния в САН теста ги обобщаваме в 15 положителни елементи, по пет за всяка от скалите: Самочувствие, Активност и Настроение.

При сравнителния анализ за независими извадки се потвърждава хипотезата, че разликата между средните величини е статистически достоверна при всички елементи.

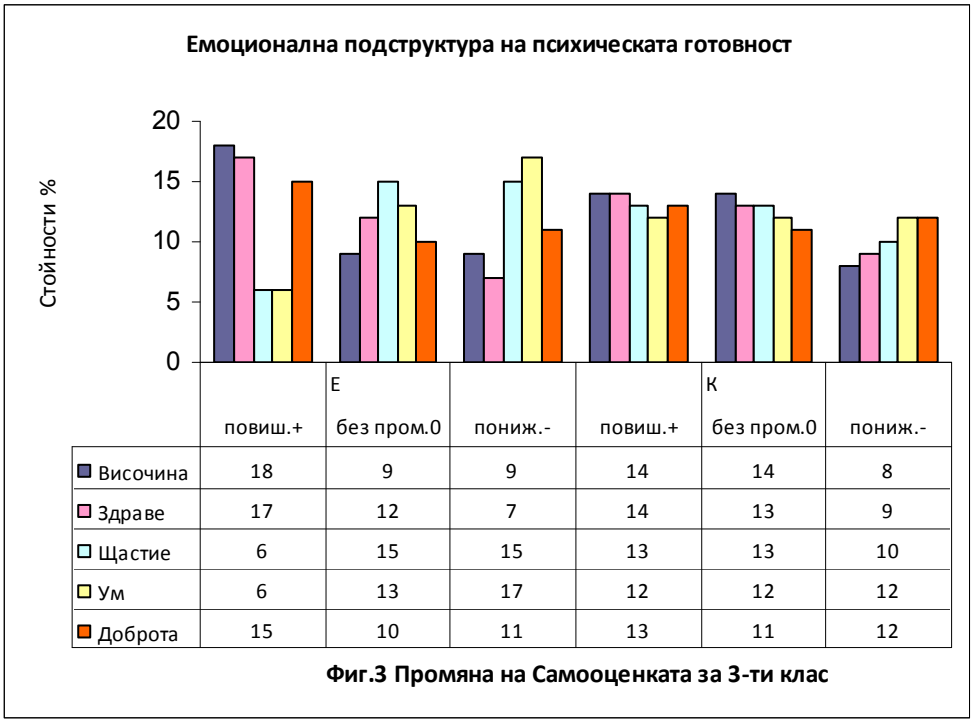
След сравнителния анализ за зависими извадки при учениците от експерименталната група статистически достоверно е *нарастването* при всички елементи на Самочувствието, Активността и Настроението. Моделът най-силно е въздействал (стойностите са най-високи при P(t)> 99,90%) върху: Самочувствието за „издръжлив” и „здрав”; Активността за „бърз”, „увлечен”, „желая да се съревновавам”; Настроението за „весел”, „щастлив” и „радостен”.

При учениците от контролната група статистически достоверната промяна е свързана с *намаляването* на: Самочувствието за „чувствам се силен, работоспособен и отпочинал”; Активността за „подвижен, бърз, желая да се съревновавам и внимавам”; Настроението за „радостен, спокоен и доволен”.

Резултати от изследването на Самооценката

От Самооценката зависи правилното оценяване на възможностите за преодоляване на определена сложна ситуация. Затова тя е изключително важна при формиране на психическата готовност.

На Фиг. 3 е показана промяната на самооценката при изследването на 80 ученика от 3-ти клас разделени на експериментална група и контролна група, които са 36% от цялата извадка. В експерименталната група най-голяма промяна към „повишаване" се наблюдава при самооценките за ръст (височина), за „здраве" и при нравствената самооценка (за доброта). Това доказва, че Моделът за специализирана психофизическа подготовка повишава самочувствието, което подсъзнателно учениците свързват с „височина" си. Устойчивата самооценка за „здраве" е постижение на Модела, тъй като по време на изследването децата бяха атакувани от екрана с акции за набиране на средства за лекуване на болни деца. Вербалното въздействие на словото и музиката в Паневритмията обяснява промяната на нравствената самооценка, независимо, че част от децата са понижили тази самооценка поради високите критерии, които си поставят в резултат от емоционалното въздействие на Модела. Тази е причината значително повече ученици да са понижили и запазили устойчива интелектуалната си самооценка (за ум).



Фиг.3 Промяна на Самооценката за 3-ти клас

Следователно при учениците от експерименталната група се наблюдава актуализация на самооценката, като признак за реална самооценка. В „теста на недовършеното изречение" учениците потвърждават завишените си изисквания към себе и към околните.

Настъпилите промени в цялата извадка 1-4 клас очертават близки до разгледаните закономерности.

Следователно Моделът е формирал реална и устойчива самооценка, и завишени изисквания на учениците към себе и към околните.

Резултати от изследване влиянието на взаимоотношенията между учениците върху формирането на психическата готовност

В настоящото изследване ще проследим повлияването на психическата готовност на учениците от промяната на социалния им статус, който като базовата структура на всяка личност моделира психиката и отношенията в групата. За СОЦИАЛНАТА готовност в училище важно значение имат междуличностните отношения, защото най-напред учениците формират уменията си за адаптация в групата (класа).

При сравнителния анализ за независими извадки се потвърждава хипотезата, че разликата между средните величини е статистически достоверна при потока на положителни емоции и социометричния (социален) статус.

Резултатите от сравнителен анализ за зависими извадки за експерименталната група са показани в таблица № 3. Промените, настъпили след прилагане на експерименталните въздействия са сравнени и показани на фиг. 4 и фиг. 5.

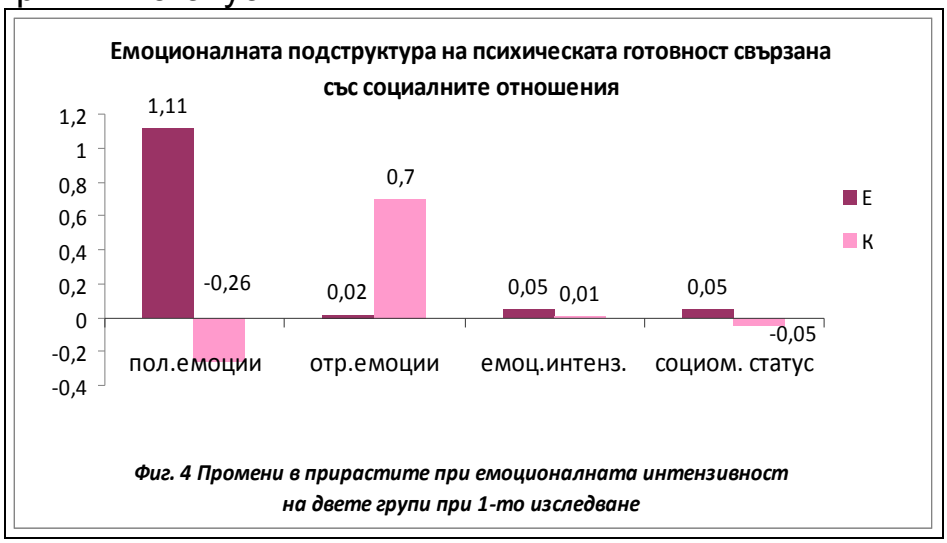
ТАБЛИЦА №3

Достоверност на прираста на средните стойности на изследваните показатели - експериментална група при 1-то изследване

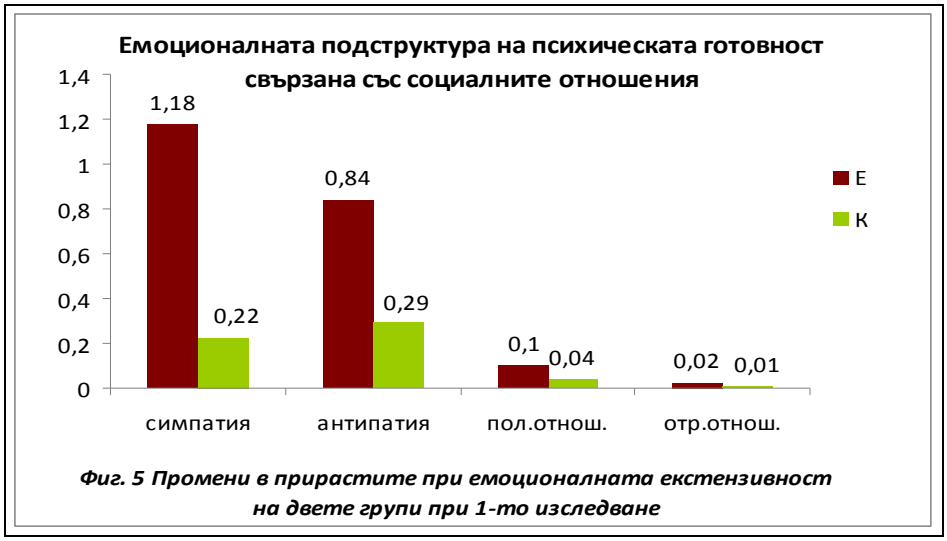
Показатели		Начало		Край		Прираст d	t	P(t)
		$\overline{x_1}$	S_1	$\overline{x_2}$	S_2			
Зона 1- Емоционална интензивност								
1.	**Поток на положителните емоции**	4,95	2,64	6,06	3,31	1,11	-2,52	**98,63%**
2.	**Поток на отрицателните емоции**	2,38	2,27	2,40	2,63	0,02	-0,08	6,47%
3.	**Емоционална интензивност**	0,33	0,15	0,38	0,21	0,05	-2,11	**96,21%**
4.	**Социометричен статус**	0,13	0,17	0,18	0,21	0,05	-2,10	**96,08%**
Зона 2 - Емоционална екстензивност								
1.	**Поток на симпатия**	4,71	2,04	5,89	3,53	1,18	-2,59	**98,85%**
2.	**Поток на антипатия**	2,66	1,59	3,50	3,17	0,84	-2,33	**97,77%**
3.	**Положителни отношения**	0,35	0,15	0,44	0,24	0,10	-3,13	**99,76%**
4.	**Отрицателни отношения**	0,10	0,11	0,11	0,22	0,02	-0,63	46,66%

При учениците от експерименталната група статистически достоверно е нарастването на потока на положителни емоции. Еднакво е нарастнал индекса на емоционална интензивност и социометричния статус на учениците.

За учениците от контролната група статистически достоверно е нарастването на потока от отрицателни емоции и намаляването на социометричния статус.



Фиг. 4 Промени в прирастите при емоционалната интензивност на двете групи при 1-то изследване



Фиг. 5 Промени в прирастите при емоционалната екстензивност на двете групи при 1-то изследване

Преобладаващото нарастване на положителните емоции, симпатия и положителни отношения в експерименталната група показва подобряване на междуличностните отношения в групата. Наблюдава се добро групово сцепление. В резултат на въздействието на Модела (от съпреживяването на положителното отношение на природата към човека, подкрепата, вниманието, любовта и приятелството в словото на Паневритмията) учениците имат повишена чувствителност и са социално отговорни. Те са недоволни от нарушаването на общоприетите правила и поведение в групата, затова реагират бурно чрез антипатия. Високото й ниво показва, че учениците от експерименталната група имат изградени вътрешни норми на поведение, дори вътрешна морална позиция, чрез които оценяват своето и поведението на другите, като изразяват ясно несъгласието си. Това още веднъж потвърждава самокритичността им, което отчетоха резултатите от изследване на самооценката при тези учениците.

Резултати от изследване формирането на емоционалната подструктура на психическата готовност, свързана със социалните отношения между учениците, в зависимост от продължителността на въздействието

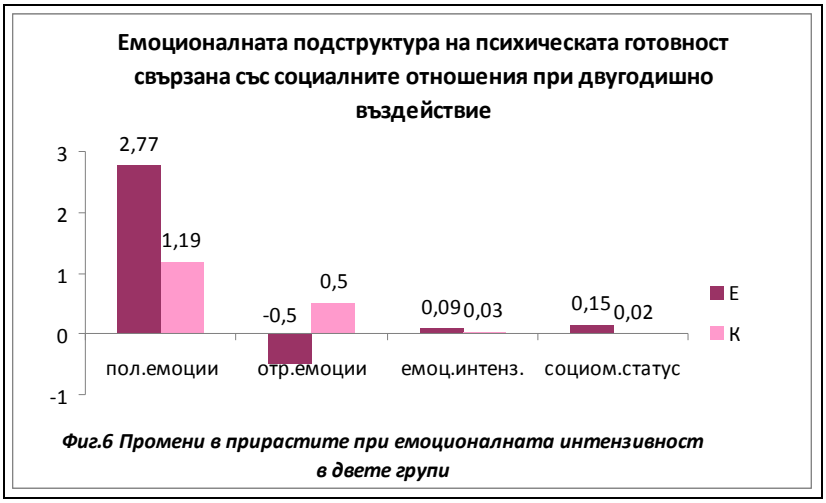
При едногодишното въздействие устойчивостта на социалния статус и на положителните отношения при учениците в експерименталната група показва началото на формиране и регулиране на отношенията в групата.

В контролната група намаляват положителните емоции и социометричния статус на учениците.

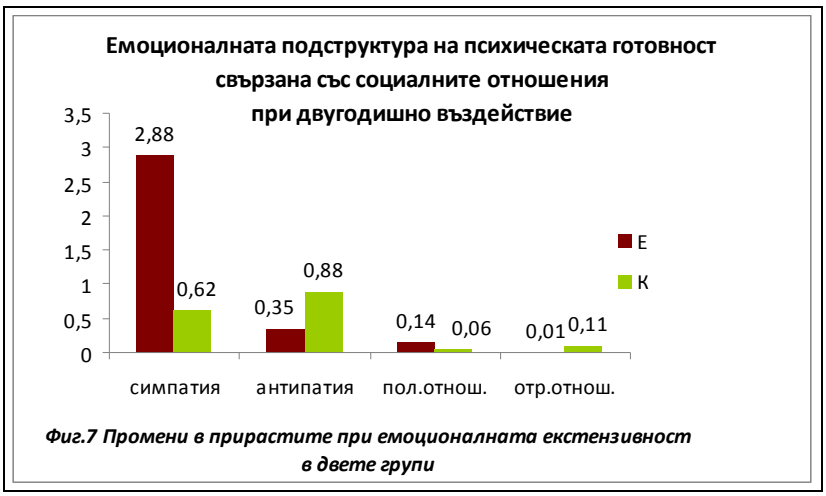
Едногодишното обучение е недостатъчно за повлияване на социалната адаптивност на учениците.

При Двугодишно въздействие сравнителният анализ за независими извадки потвърждава хипотезата за статистически достоверна разлика само при социометричния статус, потока на симпатии и отрицателните отношения на учениците.

Резултатите от сравнителния анализ за зависими извадки са онагледени на фиг. 6 и фиг. 7.



Фиг.6 Промени в прирастите при емоционалната интензивност в двете групи



Фиг.7 Промени в прирастите при емоционалната екстензивност в двете групи

Нужно е време на учениците от експерименталната група (поне двугодишно въздействие на Модела) да заменят антипатията със симпатия, което винаги се предхожда от нарастване на положителните емоции и отношения.

При по-продължителното въздействие на Модела учениците от експерименталната група вземат надмощие в класа и повлияват на съучениците от контролната група.

От друга страна ниските нива на антипатията показва, че групата (класа) е вътрешно овладяна, подредена и са приети нормите на поведение. Тя е активатор на личностното развитие на учениците, а работата по Модела с част от учениците ги превръща във фактор на възпитанието и коректор на отрицателното поведение в целия клас. Това обяснява наблюдаваното достоверно нарастване на положителните емоции при учениците от контролната група, което не е достатъчно да компенсира отрицателните отношения (липсва директно въздействие на Модела), но има тенденции на нарастването на положителните отношения (P(t)=94,33%). Тези резултати се потвърждават от класните ръководители на тези паралелки.

От направените анализи, свързани с формирането на емоционалната подструктура на психическата готовност, можем да изведем следното обобщение:

При системната работа по Модела, с учениците в начална училищна възраст, насочена към: овладяване на движенията на тялото, емоциите и поведението; продължително обучение, придружено от положителни емоции и преживявания в групата; стимулиране на мотивите за действие, посредством разнообразни допълнителни дейности, се формират устойчиви емоционални отношения.

Като резултат: Трайно се понижава тревожността, нарастват позитивирането, самочувствието, активността и настроението; Повишава се социалната адаптивност; Отчетена е устойчива, реална самооценка; Формира се устойчиво психично състояние на вътрешната дейност. Постига се успокояване и адекватност на готовността на учениците. Следователно се повишава психическата готовност на учениците.

Резултати от изследването с Тепинг теста

Интересни резултати се получават при учениците с **тригодишно въздействие на Модела.** Извадката е от общо 92 ученика.

Стойностите на t-критерия на Стюдънт за зависими извадки при експерименталната група и контролната група за отделните квадрати на Тепинг теста са показани в таблица № 4.

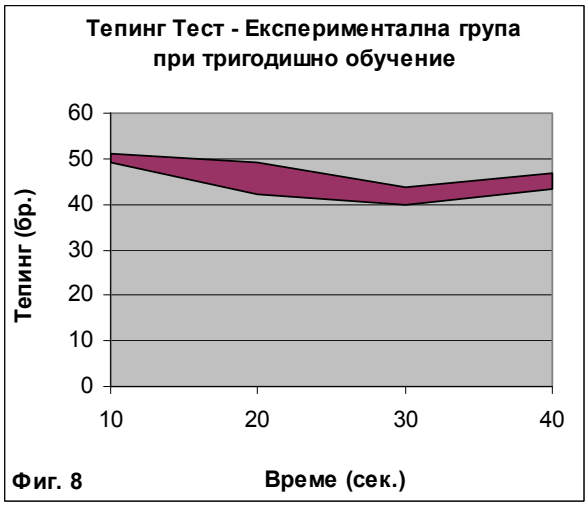
ТАБЛИЦА №4

Достоверност на прираста на средните стойности на Тепинга при тригодишно обучение - експериментална група

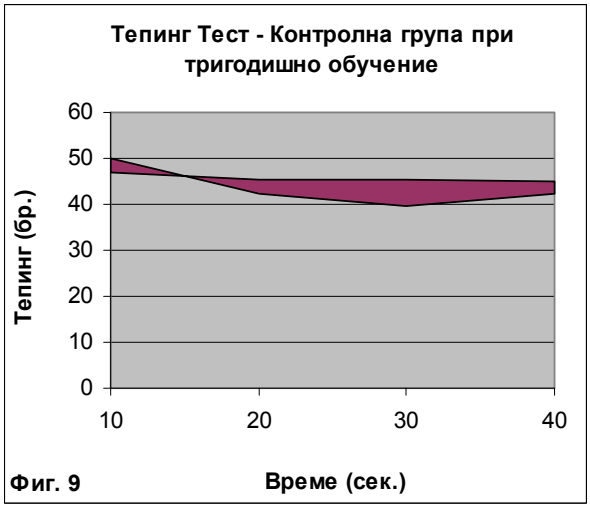
Показатели		Начало		Край		Прираст d	t	P(t)
		$\overline{x_1}$	S_1	$\overline{x_2}$	S_2			
1.	**Типинг 1**	49,34	11,26	51,24	9,48	1,90	-1,33	81,11%
2.	**Типинг 2**	42,30	7,12	49,13	8,45	6,83	-5,06	**99,99%**
3.	**Типинг 3**	39,83	6,32	43,87	8,42	4,04	-3,13	**99,70%**
4.	**Типинг 4**	43,35	6,70	46,78	8,74	3,43	-2,94	**99,49%**
	Тепинг Сума	174,83	22,94	191,02	23,98	16,20	-4,60	**99,99%**

Настъпилата промяна за експерименталната група и контролната група е показана на фиг. 8 и фиг. 9. Площта при експерименталната група е значително по-голяма.

При експерименталната група статистически достоверно е нарастването на броя на произведените движения след 10s, лекото им намаляване след 20s и сравнителното им запазване след 30s. Сумарната стойност също е статистически достоверна. Наблюдава се побавното настъпване на умора и площта, показваща обема на промяната, е значително по-голяма. При контролната група единствено достоверна е промяната между 20s и 30 s (трети квадрат).



Фиг. 8



Фиг. 9

Следователно при продължителното въздействие на Модела за специализирана психофизическа подготовка в резултат на системната, групова двигателна дейност, с непрекъсната променя на положението на пръстите на ръцете, се наблюдава:

- усъвършенстване на фината моторика на малките мускули на пръстите на ръката, която е свързана с психомоториката;
- устойчивост на бързината на нервните процеси и добро функционално състояние на нервната система;
- добри двигателно - координационните способности.

Следователно Моделът за специализирана психофизическа подготовка осигурява по-добра психическа устойчивост.

3. РЕЗУЛТАТИ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕТО НА ФИЗИЧЕСКАТА ГОТОВНОСТ

Резултати от изследването на отделните елементи на физическата готовност

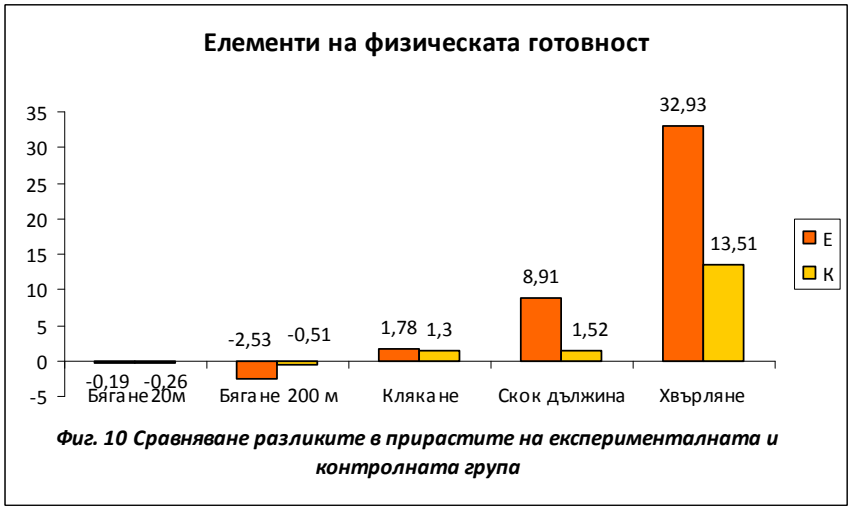
При сравнителния анализ за независими извадки се потвърждава хипотезата за статистически достоверна промяна при издръжливостта, взривната сила на долните крайници и на взривна сила на горни крайници .

Стойностите на t- критерия на Стюдънт за зависими извадки за отделните елементи, свързани с физическата готовност, при експерименталната група са показани в таблица№5 и на Фиг. 10 са онагледени. В експерименталната група се наблюдава статистически достоверна промяна при всички елементи на физическата готовност. Докато в контролната група единствено е достоверна промяната при бързината.

ТАБЛИЦА №5

Достоверност на прираста на средните стойности на изследваните показатели - експериментална група

Показатели		Начало		Край		При-раст d	t	P(t)
		$\overline{x_1}$	S_1	$\overline{x_2}$	S_2			
1.	**20 м гладко бягане (s)**	4,69	0,46	4,50	0,54	-0,19	5,66	**99,99%**
2.	**200 м гладко бягане (s)**	53,80	8,84	51,27	9,06	-2,53	12,27	**99,99%**
3.	**Максимален брой клякане за 20 s**	18,47	2,42	20,25	2,56	1,78	-11,21	**99,99%**
4.	**Скок дължина с 2 крака от място (cm)**	140,76	19,28	149,67	19,81	8,91	-10,59	**99,99%**
5.	**Хвърляне на плътна топка с 2 ръце (cm)**	514,41	102,91	547,34	108,53	32,93	-9,94	**99,99%**



Фиг. 10 Сравняване разликите в прирастите на експерименталната и контролната група

В резултат от въздействието на Модела за **издръжливостта** (измерена с 200 м гладко бягане) постиженията на учениците от експерименталната група са значително по-добри от тези на контролната група. Това може да се обясни с осигурените от Модела: продължителното изпълнение на целеносочени физически упражнения; положителните емоции, които съпътстват дейността; подкрепящата роля на музиката и словото в Паневритмията, които спомагат за противопоставяне на умората при непрекъснатата мускулна дейност; стимулирането на дейността от споделените преживявания в групата; продължителната двигателна дейност по време на разнообразни походи в експедициите и лятните училища и паралелното учене чрез преживяване.

В резултат от непрекъснатото натоварване на долните крайници, при изпълнение на упражненията в Модела, постиженията при **взривната сила** на долните крайници на учениците от експерименталната група са значително по-добри от тези на контролната група.

При **взривната сила** на горни крайници се наблюдава най- голямата промяна в постиженията на учениците от експерименталната група. Тя се обяснява с: продължителното натоварване на основните мускулни групи на ръцете и раменния пояс, гърба и корема; непрекъснатото редуване на отпускането на едни мускули и натоварването на други; възможностите за активна почивка и мускулно напрежение при голяма част от упражненията от Паневритмията; осигуряването на среда с положителни емоции и преживявания, в която протича дейността. Взривната сила на горните крайници е едно от най-изоставащите двигателни качества на българските ученици.

Следователно Моделът за специализирана психофизическа подготовка:

1. Спомага за формиране на физическата готовност чрез развиване на физическите качества издръжливост и взривна сила.
2. Целенасочено не развива бързината и динамичната сила на долни крайници.

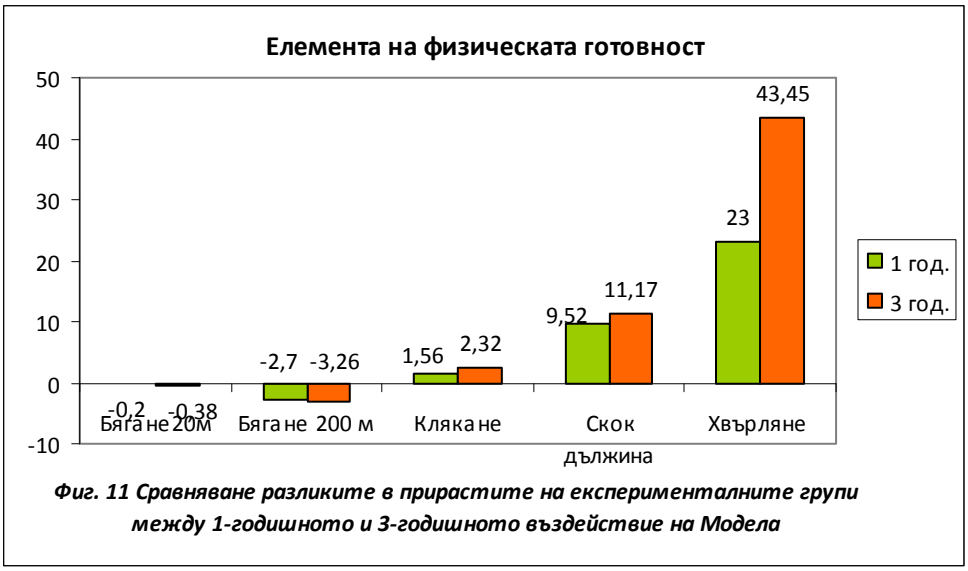
Резултати от изследването на отделните елементи на физическата готовност в зависимост от продължителността на въздействие на Модела за специализирана психофизическа подготовка

След едногодишното въздействие при сравнителния анализ за независими извадки се потвърждава хипотезата за статистически достоверна разлика само при взривната сила на долните крайници.

Макар, че при сравнителния анализ за зависими извадки в експерименталната група се наблюдава повишаване (P(t)=99,99%) при всички изследвани елементи на физическата готовност, едногодишният период на въздействие на Модела не е достатъчен за развитие на

физическите качества- издръжливост, бързина и взривна сила на горни крайници.

На Фиг.11. графично са отразени резултатите в експерименталната група при различна продължителност на въздействието.



Фиг. 11 Сравняване разликите в прирастите на експерименталните групи между 1-годишното и 3-годишното въздействие на Модела

След тригодишно въздействие на Модела при сравнителния анализ за независими извадки вече статистически достоверна е разликата при бързината, издръжливостта, взривната сила на долните крайници и взривната сила на горните крайници.

От сравнителния анализ за зависими извадки при учениците от експерименталната група се отчита нарастване за всички изследвани елементи на физическата готовност. При учениците от контролната група единствено при взривната сила на долните крайници се наблюдава тенденция, тъй като P(t)= 93,67%.

За формирането на физическата готовност можем да изведем следните обобщения:

1. Постиженията на учениците от експерименталната група са значително по-добри от тези от контролната група.

2. Моделът най-силно въздейства върху взривната сила на горните крайници на учениците от начална училищна възраст.

3. При тригодишното въздействие на Модела по- високи са резултатите за бързината, издръжливостта и взривната сила.

Следователно се е повишила физическата готовност на учениците от начална училищна възраст.

4. РЕЗУЛТАТИ ОТ КОРЕЛАЦИОННИЯ АНАЛИЗ

РЕЗУЛТАТИ ОТ КОРЕЛАЦИОННИЯ АНАЛИЗ НА ПСИХИЧЕСКАТА ГОТОВНОСТ

Резултати от корелационния анализ между елементите на психическата готовност, свързани със социалните отношения между учениците

Корелационните модели за началото и края на изследването при експерименталната група са показани на фиг.12 и фиг.13.

В началото на изследването при учениците от експерименталната група социалният статус е в корелационна зависимост с потоците на отрицателните и положителните емоции (силата на зависимостите е висока), и с положителните отношения и потока на антипатията (силата на взаимовръзките е слаба). Потокът на симпатия силно е повлиян от положителните и отрицателните отношения (силата на корелация е висока).

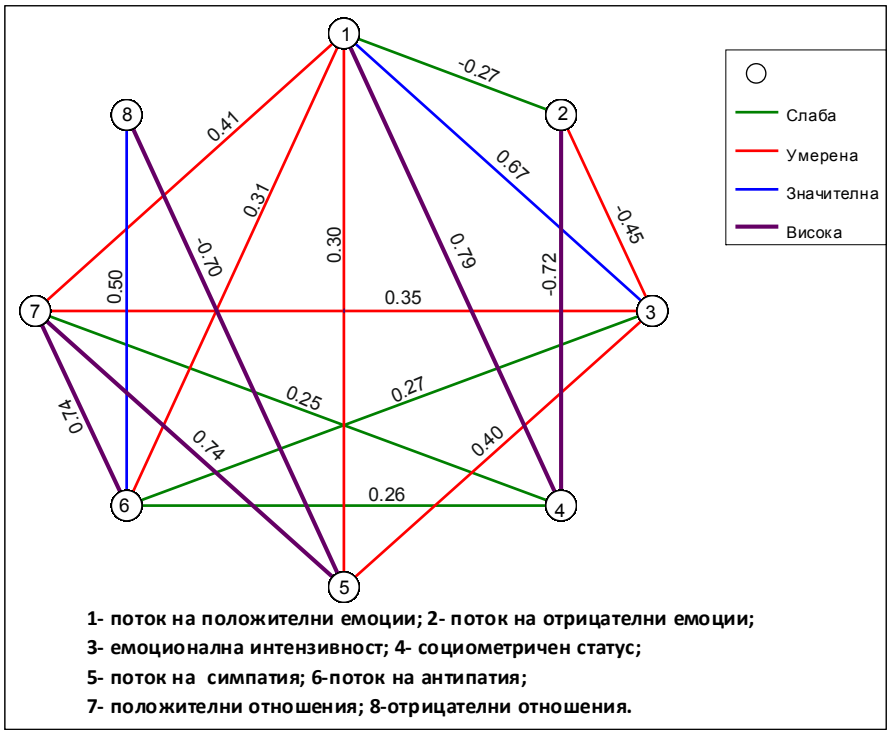
В края на изследването, от въздействието на Модела върху социалните отношения в експерименталната група, се повишава социалния статус и „емоционалната интензивност”- (значително нараства взаимовръзката между тях), като намалява влиянието на отрицателните емоции. Положителните емоции оказват влияние и върху потока на симпатия и положителните отношения, тъй като значително нараства силата на взаимовръзката между тях. Нарастването на положителните отношения в експерименталната група е признак за редуциране на антипатията, тъй като степента на зависимост между тях намалява от висока в значителна. Значителното нарастване на потока на симпатия в експерименталната група води до намаляване на отрицателните отношения (от висока в значителна се понижава зависимостта между тях).

Високата степен на зависимост между потока на положителните емоции и социалния статус и между положителните отношения и потока на симпатия определят по-високите емоционална интензивност и емоционална екстензивност в експерименталната група, което е признак за по-добрата социална адаптация при тези ученици.

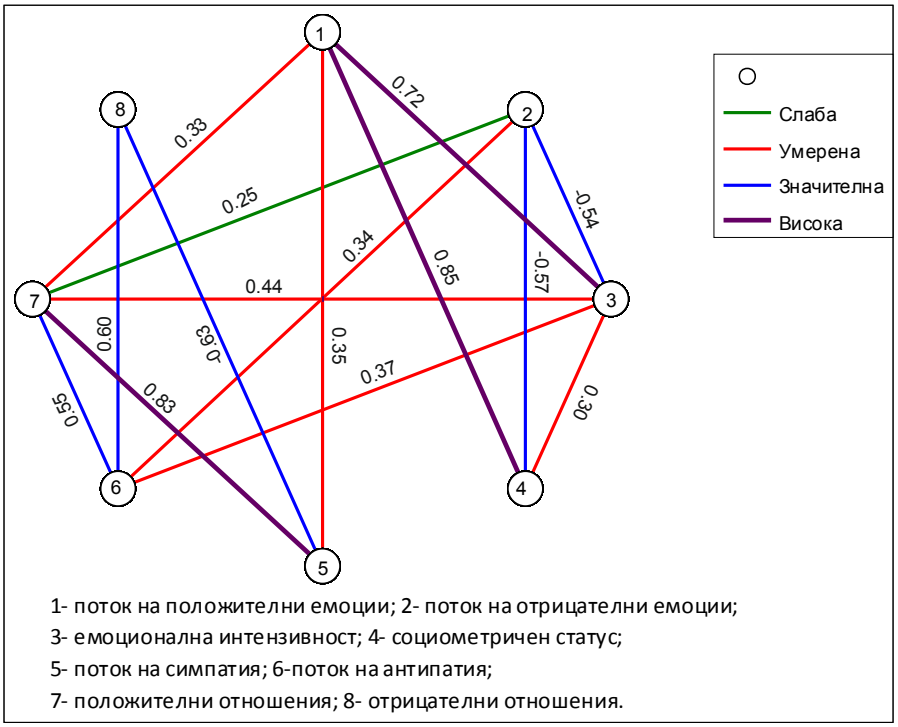
Резултатите на контролната група в края на изследването доказват взаимовръзката на силното намаляване на социалния статус и емоционалната интензивност с нарастването на отрицателните емоции (корелационната зависимост нараства от значителна във висока). Също така при повишаване на отрицателните отношения значително нараства антипатията (зависимостта от умерена се превръща в значителна).

Под влияние на учениците от експерименталната група, при съучениците им от контролната група сравнително се запазват корелаци-

онните зависимостите на положителните отношения със симпатията, положителни емоции, емоционалната интензивност и антипатията.



Фиг.12 Корелационно-структурен модел от зависимости между елементите на психическата готовност, свързана със социалните отношения между учениците по данни от началото на предварителното изследване за експерименталната група



Фиг.13 Корелационно- структурен модел от зависимости между елементите на психическата готовност, свързана със социалните отношения между учениците по данни от края на предварителното изследване за експерименталната група

Резултати от корелационния анализ между елементите на психическата готовност, свързани със социалните отношения и тези, свързани с емоционалната подструктура

8-те зависимости в началото на изследването за експерименталната група, се заменят от 11 нововъзникнали взаимовръзки между елементи на психическата готовност в края на изследването.

Очертават се следните закономерности за учениците от експерименталната група:

1. С нарастването на позитивирането намаляват отрицателни емоции и се наблюдава тенденция за нарастване на „емоционалната интензивност". Това обяснява увеличаването на спокойствието на учениците от експерименталната група (потвърдено в анкетите на класните ръководители), тъй като зависимостта между „спокоен" (N4) и „потока на отрицателни емоции" е слаба и обратна.

2. Макар, че корелационната зависимост е слаба, съществува възможност при намаляване на антипатията да нараснат Самочувствието за „работоспособен" (S2) и Активността за „желая да се съревновавам" (A4).

3. Нарастването на положителните отношения и на положителни емоции е свързано с нарастването на Настроението („щастлив"). Корелационните зависимостите между тях са умерени.

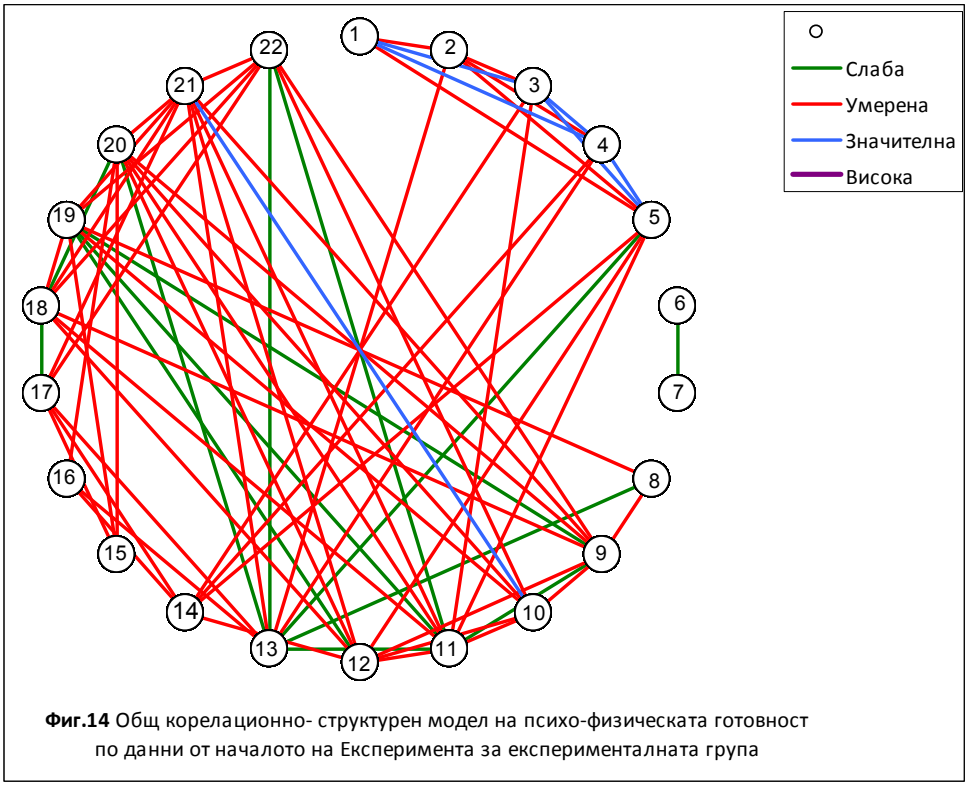
4. Социалният статус е в корелационна зависимост с настроението на учениците. Те се чувстват весели и спокойни (корелациите са умерени), като има тенденция да се почувстват и щастливи (корелацията е слаба).

В края на изследването при контролната група се наблюдава единствено умерена зависимост между повишаването на самочувствието за „издръжлив" и нарастването на положителните отношения в класа. При промяната на отношенията в групата(класа) при учениците от контролната група се наблюдава тенденцията за повишаване на социометричния им статус и ангажираността им (корелацията е слаба). Наличната симпатия не е достатъчна за подобряване на самочувствието им за здраве (корелацията е слаба и обратна).

Резултати от корелационния анализ между отделните елементи на психическата готовност

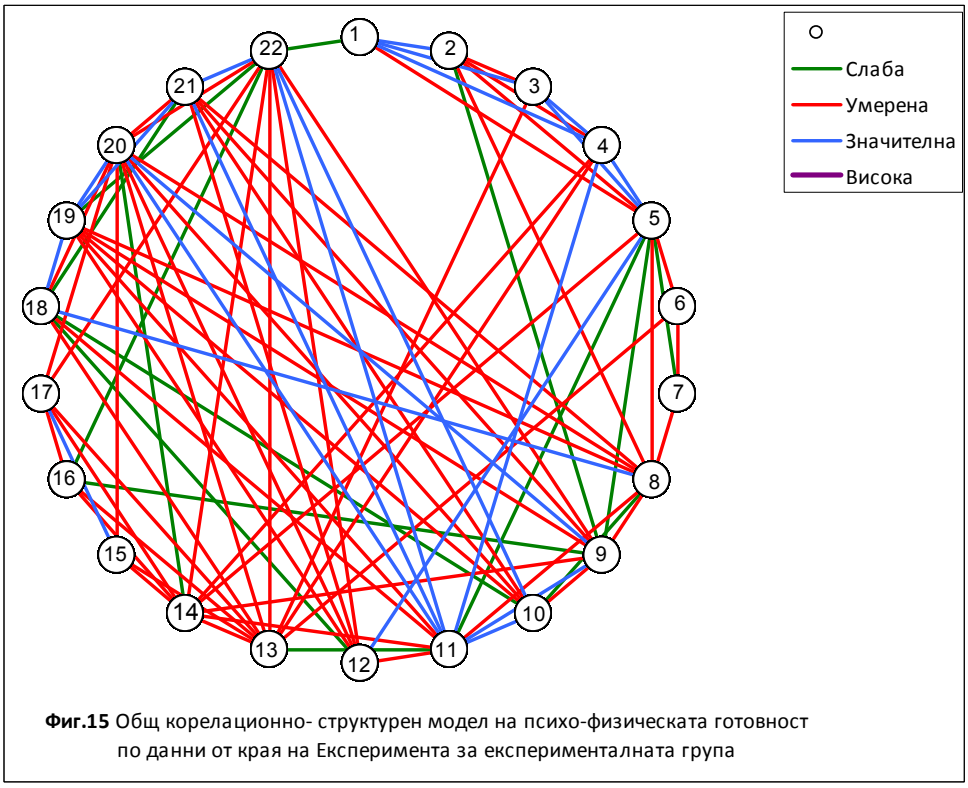
На фиг. 14 и фиг. 15 е показан общия корелацинно-структурен модел на психофизическата готовност за експерименталната група в началото и края на изследването.

В края на Експеримента при експерименталната група значително се увеличава броя и силата на взаимозависимостите:



Фиг.14 Общ корелационно- структурен модел на психо-физическата готовност по данни от началото на Експеримента за експерименталната група

1 - взривна сила на долни крайници; **2** - взривна сила на горни крайници; **3** - динамична сила на долните крайници; **4** - бързина; **5** - издръжливост; **6** - тревожност; **7**- позитивиране; **8** - чувствам се силен(S1); **9** - работоспособен(S2); **10**- здрав(S3); **11**– отпочинал (S4); **12** - издръжлив(S5); **13** - подвижен (A1); **14** - бърз(A2); **15** - увлечен(A3); **16** - желая да се съревновавам(A4); **17** - внимавам (A5); **18** - весел(N1); **19** - щастлив(N2); **20** - радостен(N3); **21** - спокоен(N4); **22** - доволен(N5).



Фиг.15 Общ корелационно- структурен модел на психо-физическата готовност по данни от края на Експеримента за експерименталната група

При Самочувствието за „чувствам се силен” (броят на зависимостите от 3 достига до 8, като 6 са нововъзникнали) и „работоспособен” (2 са новите зависимости и 2 са нараснали в значими);

При Активността за „бърз” (броят от 6 достига до 10, като 5 са нововъзникнали); за „подвижен”(5 са новите корелации), „желая да се съревновавам”(3 са новите зависимости) и „внимавам” (нараства силата на взаимовръзките с останалите елементи на Активността, като 2 са нови);

При Настроението впечатляващо е значителното нарастване на броя (от 7 на 13, като новите зависимости са 5, като една е близка до висока степен на корелация) и повишаване силата на взаимовръзките при елемента „радостен”.

Усъвършенстването на структурата на този елемент и свързването му с „щастлив” (3 корелации са се повишили в значителни, като стойността на една тях е близка до висока), „спокоен” и „доволен”(от 8 на 11 зависимости, като 4 са нововъзникналите) създава емоционално състояние, свързано с оптимистични нагласи и надежда.

От направените анализи на корелационните зависимости между отделните елементи на психическата готовност можем да обобщим, че в резултат на въздействието на Модела за специализирана психофизическа подготовка:

1. Положително е повлияно върху трите аспекта на емоционалното състояние на учениците – емоционален (чувствам се силен, весел, щастлив, радостен, спокоен, доволен), физиологичен (здрав, работоспособен, издръжлив) и поведенчески (подвижен, внимавам, желая да се съревновавам, бърз), и върху позитивирането. Понижена е тревожността им.

2. Положителните емоции и положителните отношения влияят на повишаването на самочувствието, активността и настроението на учениците.

3. Учениците имат по-висок социален статус, по-добри социални умения, което определя по-добрата им социална адаптация.

4. Нарастването на социалния статус и емоционалната интензивност (приемането на другите от всяко дете), които са значително повлияни от положителните емоции и формираните положителни отношения, спомага за понижаване на агресията.

5. Под влияние на съучениците им от експерименталната група, при учениците от контролната група нараства социалния им статус и се запазват, а не се увеличават, отрицателните емоции, отрицателните отношения и антипатията. Това доказва значимостта на училището като социална среда.

Следователно в резултат на приложения Модел се е усъвършенствала емоционалната подструктура на психическата готовност.

РЕЗУЛТАТИ ОТ КОРЕЛАЦИОННИЯ АНАЛИЗ НА ФИЗИЧЕСКАТА ГОТОВНОСТ

Резултати от корелационния анализ между отделните елементи на физическата готовност

При анализиране на резултатите от корелационния анализ между отделните двигателни качества, изграждащи физическата готовност на учениците от експерименталната група, се установиха следните закономерности:

1. Забелязва се нарастване на силата на корелация между отделните елементи на физическата готовност.

2. Съществено нараства взаимовръзката между взривната сила на горните крайници и взривната сила на долните крайници (корелацията става значителна), което показва подобряване на двигателно-координационните способности на учениците в резултат от въздействието на Модела.

3. При взаимовръзката на бързината с издръжливостта, която е свързана с физическата дееспособност, се наблюдава значителна промяна. Следователно се е повишавала обща физическа подготовка на учениците.

4. Макар, че Моделът не развива целенасочено динамичната сила на долните крайници, се наблюдава усъвършенстване на структурата й в резултат на влиянието на взривната сила.

5. Анализът на корелационните модели потвърждава, че при бързината не се наблюдава промяната, тъй като Моделът не развива целенасочено това качество.

За учениците от контролната група намалява силата на съществуващите взаимовръзки между отделните елементи на физическата готовност, като някои от тях изчезват в края на Експеримента.

РЕЗУЛТАТИ ОТ КОРЕЛАЦИОННИЯ АНАЛИЗ НА ПСИХОФИЗИЧЕСКАТА ГОТОВНОСТ

1. Най- голямо увеличаване на броя(от 0 на 6) на значителните корелации се наблюдава при елемента на *Самочувствието* „отпочинал”. Нарастващата сила на зависимостите му с *бързината, издръжливостта* и *Настроението* за „радостен”, „спокоен”, „доволен” доказват, че в резултат от въздействието на Модела създадената разтоварваща, подкрепяща, позитивна среда в училище, свързана с надежда и оптимистични нагласи, повишава бързината за адаптиране на учениците от експерименталната група към промените на средата и за активиране на ресурсите им за действие.

2. Моделът за специализирана психофизическа подготовка е въздействал най-силно върху: *Издръжливостта* (броя на зависимостите от 8 достига до 11, като 4 са нови), която е повлияна от *тревожността, позитивирането* и от всички елементи на *Самочувствието.*

3. *Бързината* е в корелационна зависимост с елементите на *Активността* - „бърз", „подвижен" и от „отпочинал" на *Самочувствието*;

4. Значителното нарастване на *Взривната сила на горните крайници* е повлияно от нарастването на *Самочувствието*, а *Взривната сила на долните крайници* е в корелационна зависимост от удовлетворяването на базовите потребности на учениците.

Следователно формирането на физическите качества силно се повлиява от самочувствието и се доказва твърдението на Л. Виготски, че физическата готовност е силно зависима от психическата.

ИЗВОДИ

В резултат на теоретичния анализ и анализираните резултати от експерименталните изследвания се извеждат следните изводи:

1. Възрастовите характеристики на учениците от начална училищна възраст са повлияни от технологиите и глобализацията. Очертават се нови тенденции в детското развитие. Резултатите на учениците от контролните групи изцяло потвърждават намалената психофизическа готовност на днешните ученици.

2. При прилагането на Модела за специализирана психофизическа подготовка на учениците от начална училищна възраст са се подобрили концентрацията на вниманието, логическото мислене, мотивацията за учене и социалните отношения. При продължителното въздействие на Модела трайно е намаляла тревожността и са нараснали позитивирането, самочувствието, активността, настроението и психическата устойчивост на учениците. Формирана е реална и устойчива самооценка. Нараснал е социалния статус (който формира психиката) на учениците, подобрили са се социалните им умения и се е повишила социалната им адаптивност. Следователно е усъвършенствана структурата на психическата готовност.

3. Приложеният Модел е допринесъл за подобряването на обща физическа подготовка, двигателно- координационни способности и чувството за ритъм на учениците. Повишили са се издръжливостта и взривната им сила. Нараснали са взаимовръзките между отделните

компоненти на физическата готовност. Усъвършенствала се е физическата готовност на учениците.

4. Експериментираният Модел положително е повлиял за повишаването на взаимовръзките между психическата и физическата готовност. Формирана е адекватна психофизическата готовност на учениците от начална училищна възраст.

5. Усъвършенстваният Модел за специализирана психофизическа подготовка е ефективен и надежден.

ПРЕПОРЪКИ

1. Да продължи изследването на усъвършенстването на психофизическата готовност на учениците.

2. Да се изследва по-задълбочено влиянието на Модела за формирането на познавателна и волевата подструктура на психическата готовност.

3. Да продължи изследването на въздействието на Модела и при други възрастови групи.

4. Да бъде адаптиран Модела и да се въвежда последователно в образованието.

НАУЧЕН ПРИНОС

1. Обогатена е теорията на социалната готовност в структурата на психофизическата готовност.

2. Разкрита е структурата на готовността за социалната адаптация при ученици от начална училищна възраст.

3. Разкрити са значимите взаимовръзки между психическите и физическите индикатори на готовността за социална адаптация на ученици на възраст от 8 до 10 години.

4. Разкрити са най-значимите водещи елементи в структурата на социалната готовност при формирането и като адекватна.

5. Създаден е Модел за специализирана психофизическа подготовка на ученици от начална училищна възраст.

6. Усъвършенствана е програмата „Здраве чрез движение сред природата”.

7. Моделът е внедрен в практиката.

НАУЧНИ ПУБЛИКАЦИИ ПО ТЕМАТА

1. **Янкова, А.** Програмата „Здраве чрез движение сред природата” с обучение по Паневритмия, сборник с резюмета- Програмата „Здраве чрез движение сред природата” с обучение по Паневритмия-педагогически модел за здравно, екологично и интегрирано образование с практически и интердисциплинарен подход, С, 2006;

2. **Янкова, А., В. Матанова,** Влияние на обучението по паневритмия върху междуличностните отношения в начална училищна възраст, сборник с доклади от Третата научна конференция „Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото”, С, 2007;

3. **Янкова, А., Н. Бояджиева, В. Яцевич,** Влияние на обучението по паневритмия върху самооценката и личностното развитие в средното и зрялото детство, сборник с доклади от Третата „Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото”, С, 2007;

4. **Янкова, А., Н. Бояджиева, Г. Кубратова,** Програмата „Здраве чрез движение сред природата” възможност за учене чрез игра, сборник с доклади и съобщения - „Хуманизъм и прагматизъм в образованието на XXI век, В, 2005;

5. **Даскалова - Янкова, А., Т. Давидова,** Специализирана психофизическа подготовка на ученици от начален етап на обучение в условията на глобализация и развитие на технологиите, сборник с доклади ВТУ, Педагогически факултет 25 г., ноември 2009 г.

Р Е Ц Е Н З И Я

върху дисертационен труд за получаване на научната степен „Доктор”
Научна област: 1. Педагогика
Професионално направление: 1.3. Педагогика на обучение по…
Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура)
Факултет: Педагогически
Катедра: Теория и методика на физическото възпитание
Тема на дисертационния труд: Специализирана психофизическа подготовка за ученици от начална училищна възраст
Автор на дисертационния труд: Антоанета Иванова Даскалова – Янкова
Научен ръководител: доц. д-р Теодора Михайлова Давидова
Рецензент: проф. дпн Димитър Танев Кайков

Антоанета Иванова Даскалова – Янкова е родена през 1956 г. в гр. Мадан. Завършва висше образование през 1980 г. във ВМЕИ – гр. София, специалност – промишлена топлотехника. През периода 1999 – 2004 г. в НСА „В. Левски” завършва две следдипломни квалификации и придобива инструкторски права по Паневритмия. През 2000 г. учредява и ръководи Асоциация (сдружение) „Паневритмия” , а през 2005 г. създава Фондация ” Институт за изследване и прилагане на Паневритмията”. Ръководи различни програми. Участва активно в комплексни научни изследвания. Съвместно с НСА „В. Левски” организира три национални конференции и издава три сборника. През 2006 г. придобива професионална педагогическа квалификация в Тракийския университет – гр. Стара Загора. Участва с доклади в редица научни конференции. Има над 17 публикации. Антоанета Даскалова – Янкова е зачислена на докторантура на самостоятелна подготовка през март 2009 г. към катедра „Обща физическа подготовка” на ВТУ „Кирил и Методий”. Точно е изпълнила докторската си програма. При предварителното обсъждане на дисертацията Антоанета Даскалова – Янкова защити научните си постановки и доказателства за ефективността на приложените методики и убедително отговори на зададените й въпроси. При реализиране на дисертацията няма допуснати нарушения.

Рецензираният дисертационен труд е съставен от три глави, библиографска справка от 164 източника и 9 приложения.

Разработеният проблем в дисертационния труд е много актуален и значим. Актуалността на изследвания проблем е свързана с търсене на пътища за повишаване на физическата дееспособност и подобряване на психическата готовност на ученици от началното училище. Значимостта на изследвания проблем се определя от обогатяване на теоретичните основи на психофизическата подготовка на учениците и създаването, експериментирането и внедряването в практиката на Модел за специализирана психофизическа подготовка, вследствие на което значително се подобрява психофизическата готовност на учениците за успешно преодоляване на различни трудности.

В първа глава „Постановка на проблема" последователно в логическа връзка се разглеждат теоретичните основи на проблема. Задълбочено е анализирана същността и структурата на психофизическата готовност. Върху основата на теорията на психофизическата подготовка е разработена специализирана психофизическа подготовка на учениците, към която са включени упражнения от Паневритмията с нейните допълнителни средства – специализирани движения, музика и слово. Към специализираната психофизическа подготовка са включени още допълнителни дейности сред природата като състезания „Празници за деца и родители", експедиции в Родопите и „Летни училища в планина" в Рила. Накрая на теоретичната част е изведена работна хипотеза, която е дефинирана точно. Първата глава на дисертацията заслужава висока оценка.

Висока оценка следва да се даде и на втора глава на дисертационния труд „Цел, задачи, предмет и обект, методика, организация на изследването и Модел на специализирана психофизическа подготовка".

Много точно и ясно са определени целта, задачите, предмета и обекта на изследването. Изследвани са голям брой (404) ученици от 1, 2, 3 и 4 клас. За решаването на задачите, постигането на целта и доказването на работната хипотеза е приложена много богата методика.

Направен е задълбочен теоретичен анализ на голям брой (162) литературни източници по темата на дисертацията.

За измерване на основните показатели на психическата и физическата готовност и междуличностните отношения са използвани надеждни методи и тестове.

Много обосновано и подробно е представен създадения от автора „Модел за специализирана психофизическа подготовка". Моделът е разработен като система, в съдържанието на която са включени основните елементи – цел, задачи, методи, форми, организация и ръководство. За доказване на ефективността на Модела е проведен педагогически експеримент. Изследването е реализирано в три етапа от 2004 г. до 2009 г. След експериментиране на Модела се усъвършенства неговата структура. След това усъвършенствания Модел отново се експериментира и се разкрива неговата ефективност.

Получените резултати от измерването са обработени чрез вариационен и корелационен анализ.

Много висока оценка заслужава трета глава „Анализ на резултатите от изследването на Модел за специализирана психофизическа подготовка".

На базата на богатата емпирична информация задълбочено и компетентно са анализирани разкритите закономерности. Установява се, че Моделът положително е повлиял върху промените на отделните индикатори на психическата и физическата готовност. Много подробно и убедително са анализирани настъпилите достоверни положителни промени на стойностите на показателите от психическата и физическата готовност. На базата на предоставените корелационни модели на психическата и физическата готовност се разкрива усъвършенстване както на отделните структури на психическата и физическата готовност, така и на общата структура на психофизическата готовност. Доказва се голямата ефективност на усъвършенствания Модел за специализирана психофизическа подготовка.

На базата на задълбочения анализ на резултатите от експерименталните изследвания са изведени пет извода и четири препоръки. Те са формулирани точно.

Дисертационният труд съответства на изискванията на чл.31, ал.2 от Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академична длъжност във ВТУ "Св. Св. Кирил и Методий".

Дисертацията е оригинален научно-приложен труд с използвана надеждна методика. Разработена е качествено от езикова гледна точка.

Авторефератът е изработен коректно и правилно отразява основните положения и научните приноси на дисертацията.

Дисертационният труд има значими научни и научно-приложни приноси. Обогатена е теорията за същността и структурата на психофизическата готовност. В емоционалната подструктура на психическата готовност е включен и нов елемент, представен като социална готовност. Тя е измерена посредством социалните положителни (отрицателни) отношения и симпатията (антипатията). Усановява се, че в процеса на прилагането на Модела за специализирана психофизическа подготовка значително нарастват положителните отношения и симпатията. В по-голяма степен тези промени са отчетени при момичетата. При продължително прилагане на Модела се подпомага по-пълноценното личностно развитие на учениците.

Съществен научен принос има задълбоченото изследване на структурата на готовността за социална адаптация при учениците от началното училище.

Като основни градивни фактори на готовността за социална адаптация са емоционалната интензивност и емоционалната екстензивност. При прилагане на модела за специализирана подготовка по-продължително време се повишава готовността за социална адаптация на учениците от експерименталната група. Те оказват положително влияние върху целия колектив.

Като научен принос може да се приемат корелационно-структурните модели на психофизическата готовност на учениците в началото и в края на експеримента. В резултат на по-продължителното прилагане на Модела се усъвършенства структурата на психофизическата готовност. Значително нараства броя и се повишава силата на взаимовръзките между отделните психически и физически показатели. Най-силно Моделът е въздействал върху „чувството за сила", взаимовръзките на който са нарастнали повече от три пъти. По разкритите корелации между показателите на психическата и физическата готовност се създава възможност за по-точна диагноза на психическата готовност и усъвършенстване на методиката на обучение.

При формирането на адекватна социална готовност са разкрити най-значимите водещи елементи на нейната струкура.

С много голям научно-приложен принос на дисертационния труд е създаването на Модел за специализирана психофизическа подготовка на учениците от начална училищна възраст. В съдържанието на Модела са включени специализирана двигателна подготовка и допълнителна дейност. Специализираната двигателна подготовка включва обща и специална подготовка. Основният научен принос на Модела е специализираната подготовка, която се постига с изучаване на определени движения, слова и музика на Паневритмията. Към специалната подготовка са включени пеене, рисуване, куклен и дискусионен театър, театър на жестове, изработване на колажи по текстовете на Паневритмията.

За формиране на адекватна психофизическа готовност в Модела са включени допълнтелни дейности като алпийско катерене при различни трудности, опознаване на маршрути с плаване с кану и рафтинг по река Арда, алпийско колоездене и маратон по аеробика.

Предлагат се различни форми на обучение като „Летни училища на планина", при които учениците изработват кукли и цветни оригами, сглобяват разнообразни дървени фигури, пускат хвърчила, редят пъзели. През периода 2003- 2010 г. под ръководството на Антоанета Даскалова – Янкова са проведени седем еднодневни експедиции с ученици в Източните Родопи, девет „Празника за деца и родители", пет десетдневни „Летни училища на планина" в Рила, пет петдневни експедиции в Източните Родопи и едно синьо лятно училище на море. Извършена е много по обем научно-приложна работа.

Моделът за специализирана психофизическа подготовка е внедрен в практиката. Усъвършенствана е програмата „Здраве чрез движение сред природата", ръководител на която е Антоанета Даскалова – Янкова.

Със значим научно-приложен принос е експерименталното доказване на ефективността на Паневритмията за хармоничното психофизическо развитие на учениците. На базата на дългогодишно широкомащабно задълбочено научно изследване Антоанета Даскалова – Янкова убедително доказва многостранното положително въздействие на Паневритмията върху учениците. Тя има големи заслуги за внедряване на Паневритмията в училищата и популяризирането й в страната и чужбина.

По темата на дисертацията са издадени пет публикации. Те съответстват на чл.30, ал.1, т.3 от Правилника за условията и реда за

придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности във ВТУ „Св.Св. Кирил и Методий". Публикациите са научни анализи и заемат основно място в завършения текст на дисертацията.

Антоанета Даскалова – Янкова активно е участвала на различни авторитетни научни форуми по темата на дисертацията.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

На основание на високите положителни оценки и значимите научни и научно-приложни приноси на дисертационния труд предлагам на уважаемите членове на научното жури да присъдят на Антоанета Даскалова – Янкова образователната и научна степен „Доктор".

РЕЦЕНЗЕНТ:

/ проф. Д. Кайков/

НАУЧНО ЖУРИ НА ОСНОВАНИЕ ЗАПОВЕД НА РЕКТОРА НА ВЕЛИКОТЪРНОВСКИЯ УНИВЕРСИТЕТ „СВ. СВ. КИРИЛ И МЕТОДИИ", ГР. ВЕЛИКО ТЪРНОВО, NP 3 –2210/ 19.19.2011 Г.

Р Е Ц Е Н З И Я

на дисертационен труд на **АНТОАНЕТА ИВАНОВА ДАСКАЛОВА - ЯНКОВА** на тема: **„СПЕЦИАЛИЗИРАНА ПОДГОТОВКА ЗА УЧЕНИЦИ ОТ НАЧАЛНА УЧИЛИЩНА ВЪЗРАСТ"**

за присъждане на образователна и научна степен „ДОКТОР"

по научно направление „Педагогика"

професионална направление „Педагогика на обучението по физическо възпитание"

специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. и методика на лечебната физкултура)"

научен ръководител: доц. д-р Теодора Давидова

рецензент: доц. д-р Росен Костадинов Алексиев – преподавател в катедра „ТМФВ и спорт" на ШУ „Епископ Константин Преславски"

Като член на научното жури съм получил:

1. Заповед на Ректора на ВТУ „Св. Св. Кирил и Методий", гр. Велико Търново - NP 3 –2210/ 19.19.2011 г.
2. Докторска дисертация по специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. и методика на лечебната физкултура)".
3. Автореферат на дисертационния труд.
4. Научни публикации, свързани с дисертационния труд.

Антоанета Даскалова Янкова е родена на 22.10.1956 г. в гр. Мадан, обл. Смолян. Завършва ВМИ – гр. София през 1980 г. – специалност „Промишлена топлотехника". През 2000 г. получава следдипломна квалификация по Паневритмия, а през 2004 г. за обществен инструктор в ЦСДК към НСА „Васил Левски". Учредява и ръководи Асоциация (Сдружение) „Паневритмия".

Организира следдипломна квалификация към НСА за 250 учители. Създава през 2005 г. Фондация „Институт за изследване и прилагане на паневритмията". Доразвива и усъвършенства образователната програма „Здраве чрез движение сред природата". Организира и координира мрежа от училища и детски градини, където провежда съвместна изследователска работа с НСА, СУ, ШУ, ЮЗУ на близо 5000 деца и ученици. Участва в международни конференции, конгреси, кръгли маси. Има над 17 публикации – научни доклади и статии.

През 2007 г. създава Модел за специализирана психофизическа подготовка. Ръководи проект за извънкласни дейности „Клуб „Равни, знаещи и можещи приятели" за 417 ученика от начална училищна възраст по схема за предоставяне на безвъзмездна финансова помощ „Да направим училището привлекателно за младите хора".

1. Актуалност и значимост на дисертационния труд

Темата на настоящата дисертация е актуална и дисертабилна. Докторантът Антоанета Иванова разглежда проблема за осигуряване в училище на подкрепяща, позитивна, разтоварваща среда към снижаване на тревожността и овладяването на агресията, посредством провеждане на специализирана ПФП, с което да се подобри психофизическата им готовност.

Дисертационният труд дава насоки как физическото възпитание и спортът ще изпълнят освен традиционните цели и задачи, и една нова – да се повиши психофизическата готовност на учениците за предизвикателствата на новото време. Изследванията са насочени към усъвършенстване на психическата и физическата страна на готовността, като се използват възможностите на системата „Паневритмия". Те могат да намерят своето подобаващо място в Националната стратегия за детето 2008-2018 г., а именно - „подобряване на психофизическата готовност, чрез системно прилагане на специализирана психофизическа подготовка на децата в училищна възраст.

2. Познаване на предметната област

Докторантът познава всестранно и задълбочено българските литературни източници, както и актуални чужди публикации на руски и английски език. Направеният обзор включва 62 източници, като литературните са 134 (97 на

български, 36 на руски и 1 на латински). Изследваните сайтове са 23, стратегии – 2, публикации в пресата – 3 на български език.

За навлизането в проблематиката на специализираната психофизическата готовност за ученици, свидетелстват и петте публикации на докторанта в сборници от научни форуми. Подобаващо място се отделя на проучването за формиране на психическата и физическа готовност. Тук, Антоанета Янкова разглежда Паневритмията, не само като българска система за рекреативни занимания, но и като уникална система за хармонизация на личността. Авторът прави задълбочен анализ на комплексното въздействие върху организма на човека, посредством единството на движение, музика и слово. Литературният обзор позволява да изкажа мнение, че Антоанета Янкова е проучила задълбочено теоретични аспекти на съществуващите практики за психофизическа подготовка.

3. Аналитични характеристики на дисертационния труд

Дисертационният труд е в общ обем от 163 страници и съдържа Увод, Три глави, изложението на които е обособено в отделни параграфи с отделни заглавия. Извън изводите и препоръките са посочени и научните приноси и практическото значение на труда. Накрая е приложен списък с българска и чуждестранна научна литература и 65 страници приложения. Резултатите са представени под формата на 50 таблици и 39 фигури.

Първата част от дисертационният труд завършва с извеждане на работна хипотеза: „При системно прилагане на специализирана психофизическа подготовка с учениците от начална училищна възраст се повишава тяхната психофизическа готовност".

Целта, която си е поставил авторът във втората част на дисертационния труд е „да се създаде модел за специализирана психофизическа подготовка". Поставени са и подходящи за целта задачи за научно изследване. Сполучливото решаване на тези задачи в изследването доказват добрата й методическа и научноизследователска подготовка. Използван е богат изследователски инструментариум, а именно: анализ на литературни източници, педагогическо наблюдение, педагогически експеримент, моделиране, анкета, беседа, спортно-педагогическо тестиране, математико-статистически методи,

В глава 2, параграф 2 коректно са отразени предмета и обекта на изследването. Изследванията по темата на дисертационната работа са проведени с участието на 404 ученици, разделени в 17 контролни и 17 експериментални групи от различните региони на Р. България – Димитровград, Русе, Варна, Ямбол. Показана е методиката на изследването с подробно описание на методите на изследването.

В параграф 3, т. 3 на глава 3 е отразен моделът за специализирана психофизическа подготовка, изграден върху програма „Здраве чрез движение сред природата". Посочени са конкретни дейности, методи, форми и средства за формиране на физическа и психическа готовност.

Съвременните тенденции в детското развитие, разглеждани в глава 1 на дисертационния труд, предопределят ролята на родителите и семейството за формиране на психофизическа готовност на учениците. Авторът сполучливо прилага триединството в образователно-възпитателния процес „дете – родител – учител", с което увеличава възможностите за повишаване психофизическа готовност на учениците. В този случай, бихме могли да посочим, че създаденият модел е надежден и осигурява комплексно въздействие не само при децата, но и при родителите и учителите.

В глава 3 „Анализ на резултатите", докторантът е представил и анализирал експертно проучване на промяната в някои елементи на психическата и физическата готовност. Резултатите са изнесени в таблици и онагледени, посредством графики и диаграми. Анализирани са основните компоненти и резултати от изследването в следствие на приложена методика за специализирана подготовка. Отдава се голямо значение на усъвършенстване на структурата на психофизическа готовност, в зависимост от продължителността на въздействието – едно-, дву- и три – годишно въздействие.

Може да се каже, че анализът в тази част на разработката е изключително сложен и труден, с която задача Антоанета Янкова се е справила успешно. Статистическата достоверност на прираста за Експериментални и Контролни групи е проверена с t – критерий на Стюдънт. Анализът на резултатите от изследване, формирането на психическата и физическата готовност е извършен на принципа на половата определеност – момичета/ момчета.

Формулираните **изводи** в тази част на труда засягат само емоционалната подструктура на психическата готовност между половете. Според нас, теорията в тази насока би се обогатила още повече от съответен анализ на резултатите от изследваните елементи на физическата готовност между момчетата и момичетата и подобаващи в тази насока изводи.

Успешно се доказва повишаването на силата на взаимовръзките между отделните психически и физическо показатели. За целта са разработени и анализирани двадесет корелационни модела. Това дава възможност на Антоанета Янкова да определи най-значимите фактори, свързани с изграждането на адекватна психофизическа готовност. В заключението са откроени изводите и препоръките за практиката.

След обстойното и задълбочено запознаване със съдържанието на дисертационния труд в него могат да се установят положителни или **приносни моменти.**

1. Разкрита е структурата на готовността за социална адаптация при учениците от начална училищна възраст.

2. Зададен е модел за специализирана психофизическа подготовка на учениците от начална училищна възраст.

3. Моделът е внедрен в практиката.

Авторефератът е изготвен съгласно изискванията и правилно отразява основните положения и научни приноси на дисертационния труд.

Към настоящия дисертационен труд могат да бъдат отправени някои **бележки и препоръки**:

1. Отразената информация в глава 2, по отношение на обекта на изследване, етапите на изследване и включените в педагогическото наблюдение и основния експеримент модели, не е в достатъчна степен осветлена и синхронизирана с някои сегменти от анализа на резултатите в глава 3 (т. напр. стр. 95, абз. 1).

2. Тестовете за измерване на ситуативната физическа готовност („максимален брой клякания за 20' " и „гладко бягане на 20 м") са стандартизирани и се прилагат в практиката на предучилищна възраст със съответните оценъчни таблици.

3. Получените резултати от анкетното проучване с класните ръководители, априори определят, че моделът за специализирана психофизическа подготовка

влияе върху повишаването на психофизическата готовност на учениците (глава 3, стр. 80).

4. Поставеният в глава 2 „Модел за специализирана психофизическа подготовка" би могъл да заеме подобаващо място към приложенията на дисертационния труд. Към него би следвало да бъдат разработени съответни програми за обучение, съобразени с възрастовите и психофизическите възможности на занимаващите се.

Въпроси:

1. В каква степен и кога протича подготовката на изследваните ученици по дейностите, свързани с алпийско катерене, плаване с кану и рафтинг. Преодолими ли са климатичните условия през м. Април за пълноценно участие в тях?
2. Кое дава основание на докторанта да обедини в изследването по възрастов признак учениците от III и IV клас в съответните **К** и **Е** групи?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рецензираният научен труд е актуален и структурно издържан и напълно отговаря на изискванията по чл. 31, ал. 2 от Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности във ВТУ „Св. Св. Кирил и Методий". Дисертацията е написана на добър език, с обосновани анализи и обобщения, които показват, умението на автора за извеждане на закономерности. Акуратно са проведени всички тестирания и педагогически експеримент, чиито резултати са обработени с адекватни математико-статистически методи.

Представени са 4 научни публикации в съавторство и 1 самостоятелно, отпечатани в научни сборници.

В заключение считам, че е положен значителен труд и усилия и са постигнати определени научни резултати, поради което препоръчвам на почитаемите членове на научното жури да присъдят на АНЕТА ИВНОВА ДАСКАЛОВА – ЯНКОВА образователна и научната степен „ДОКТОР".

03.02.2012 г. РЕЦЕНЗЕНТ:

/доц. д-р Р. Алексиев/

6

СТАНОВИЩЕ

за дисертация

за придобиване на образователна и научна степен „доктор"

от доц. д-р Теодора М. Давидова

Научна област: **1. Педагогика**

Професионално направление: **1.3. Педагогика на обучението по...**

Научна специалност: **Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура)**

Факултет: **Педагогически**

Катедра „ **Теория и методика на физическото възпитание"**

Тема на дисертацията: **Специализирана психофизическа подготовка за ученици от начална училищна възраст**

Дисертант: **Антоанета Иванова Даскалова-Янкова**

Научен ръководител: **доц. Теодора М. Давидова, доктор**

Антоанета Даскалова-Янкова е родена на 22.10.1956 г. в гр. Мадан, област Смолян.

През 1980 г. завършва ВМЕИ - гр. София, специалност Промишлена топлотехника. В периода 1999-2000 г. получава следдипломна квалификация по Паневритмия, а през 2004 г. става обществен инструктор по Паневритмия след обучение в ЦСДК на НСА - гр. София. През 2006 г. придобива професионална педагогическа квалификация в Тракийски университет - гр. Ст.Загора.

В 2000 г. учредява и ръководи асоциация „Паневритмия", а през 2005 г. създава фондация „Институт за изследване и прилагане на Паневритмията". През 2010 г. открива „Център в подкрепа на детското развитие" в гр. Плевен. Ръководител е на проект (2008-2009 г.) за извънкласни дейности „Клуб „Равни, знаещи и можещи приятели".

А. Даскалова-Янкова е зачислена през месец март 2009 г. за докторант на самостоятелна подготовка в катедра „Обща физическа подготовка и спорт" (РЗ-

698/09.04.2009 г.). Поради организационно-структурни промени обучението на докторантката продължава в катедра „Теория и методика на физическото възпитание" (ТМФВ). През месец декември 2009 г. успешно полага изпитите по научната специалност с отличен успех. На заседание на катедра ТМФВ през месец ноември 2011 г. дисертационния й труд е презентиран и обсъден, като докторантката убедително защитава тезата си и изчерпателно отговаря на поставените й въпроси. Катедреният състав единодушно взема решение да бъде разкрита процедура по защита на дисертационния труд на докторантката. При реализирането на дисертацията са спазени всички законови изисквания и процедури, и не са установени допуснати нарушения.

Предложеният за обсъждане дисертационен труд е разработен върху основите на теорията за психофизическата готовност. Проблемът за успешното психофизическо адаптиране на децата към промените на заобикалящата ги среда, в условията на съвременното динамично време е изключително актуален. В тази посока е разработена и основната идея на научния труд – да се обоснове необходимостта от провеждане на специализирана психофизическа подготовка на деца от начална училищна възраст с цел повишаване на готовността им за социална адаптация.

Дисертационният труд отговаря на всички изисквания по чл. 31, ал. 2 от *Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности във ВТУ „Св. св. Кирил и Методий"*. Той е в обем от 163 страници и 9 приложения, онагледен е посредством 39 фигури и 50 таблици. В библиографията са посочени 162 литературни източника (6 са от интернет).

В първа глава докторантката прави изчерпателен анализ на психическото и физическо развитие на съвременните деца на фона на неблагоприятните фактори на външната среда, разкрива задълбочено същността на психофизическата готовност и нейната структурата. Прави се характеристика на психофизическата подготовка и влиянието на нейните средства върху отделните елементи на готовността.

На базата на теоретичните основи кратко и точно, изразявайки съвсем ясно насоката на научното изследване, е изведена работната хипотеза. Целта и произтичащите от нея 4 задачи логично са й подчинени, формулирани без излишно разточителство на думи. Коректно са определени обекта и предмета на изследване. Използваната методика е комплексна, адекватно подбрана и обхваща напълно всички теоретико-практически страни на научното изследване. В тази част изчерпателно е представен и Модел за специализирана психофизическа подготовка на деца. Оригиналността на научната разработка произтича именно от предложения за експериментиране модел. Основната цел е да се въздейства върху познавателната и емоционална подструктура на готовността със средствата на физическото възпитание и някои специално подбрани допълнителни дейности сред природата, като по този начин се повиши общото ниво на психофизическа готовност на учениците за адаптация в училищната и извънучилищна среда. В края на втора глава от дисертацията е посочена организацията на изследването. То е преминало през три основни етапа, в които хронологично е осъществена огромна теоретико-практическа дейност.

В трета глава са представени анализите на резултатите от изследването на експериментирания модел. Използваните статистически методи са приложени коректно, а направените анализи са подробни и задълбочени. С помощта на вариационния, сравнителния и корелационния анализ последователно се проследяват промените настъпили в двете подструктури на готовността в хода на въздействието и се доказва ефективността на модела.

С осъществяване на експерименталното въздействие и на базата на анализираните статистически данни, докторантката извежда пет основни извода и четири препоръки за практиката. Те отразяват успешното решаване на задачите и постигане целта на изследването, като безспорно доказват достоверността на формулираната научна хипотеза.

Дисертацията е написана на висок научен стил, езиково грамотно, а докторантката борави свободно със специфичната научна терминология.

Представеният автореферат напълно отговаря на съдържанието на дисертационния труд и съдържа всички основни елементи на разработката. Достоверно отразява същността на написаното от авторката.

В настоящия дисертационен труд са представени оригинални научни приноси в резултат от изследователската дейност на докторантката. Подробно е изследвана структурата на готовността и е обогатена нейната теорията. На базата на практически опит и експериментални изследвания е въведено понятието „социална готовност". Определено е неговото съдържание като вид готовност. Разкрито е значението на социалната готовност за успешното адаптиране и реализиране на децата в съвременното общество, което до момента не е правено. Представена е структурата на готовността за социална адаптация на деца от начална училищна възраст, посочени са особеностите при нейното формирането. Разкрити са взаимовръзките, както между отделните страни на социалната готовност, така и между съставящите ги компоненти. Определени са най-важните, водещите елементи, от които зависи формирането й във висока степен при 8 – 10-годишни деца. Научно обоснована е изключителната роля на двигателната дейност в процеса на усъвършенстване структурата на готовността. Доказва се, че чрез въздействие с физически упражнения и други допълнителни средства сред природата върху емоционалната и познавателната подструктури се повишава степента на адекватност на социалната готовност. Научен принос е и направения задълбочен анализ на системата Паневритмия като средство на специалната подготовка, целяща повишаване нивото на адекватната готовност за социална адаптация на децата. В този смисъл същността на Паневритмията се разглежда научно от гледна точка на теорията за готовността. Безспорно е теоретичното и практическото значение на създадения и апробиран Модел за специализирана психофизическа подготовка на ученици от начална училищна възраст. Той успешно е внедрен в практиката, а програмата „Здраве чрез движение сред природата" е усъвършенствана благодарение на настоящата научна разработка.

Предоставените от А. Даскалова-Янкова публикации са свързани с темата на дисертацията и отговарят на изискванията по чл. 30, ал. 1, т. 3 от *Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности във ВТУ „Св. св. Кирил и Методий"*. Те разкриват задълбочените познания и компетентност на авторката в научната област, в която е дисертацията.

Докторантката е участвала в 7 научни форума и има публикувани над 17 научни статии и доклади. Организирала е съвместно с НСА три научни конференции под наслов „Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото". Била е организатор и на три кръгли маси в община Димитровград по проблеми на детското развитие. Автор е на програмата „Здраве чрез движение сред природата", в която за периода 2000-2010 г. са взели участие около 5000 деца.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: Дисертационният труд на тема: „Специализирана психофизическа подготовка за ученици от начална училищна възраст" съдържа оригинални научни приноси, като резултат от изследванията на докторантката и напълно отговаря на изискванията за подобен вид разработки, което ми дава основание за положителна оценка. Предлагам на уважаемото жури да бъде присъдена на неговата авторка Антоанета Иванова Даскалова-Янкова образователната и научна степен „доктор".

04.02.2012 г.

.....

/доц. д-р Т. Давидова/

СТАНОВИЩЕ

от проф. дпн Валентина Стойчева Маргаритова

на дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен „доктор"

Тема: „Специализирана психофизическа подготовка на ученици от начална училищна възраст"

по научна област: 1. Педагогически науки

Професионално направление: 1.3. Педагогика на обучението по...

Автор: Антоанета Иванова Давидова-Янкова

Великотърновски университет

Педагогически факултет

Катедра „Теория и методика на физическото възпитание"

Научен ръководител: доц. д-р Теодора Давидова

1. Данни за дисертанта

Антоанета Янкова е родена на 22.10.1956 г. в гр. Мадан, обл. Смолян. Завършила е ВМЕИ-София през 1980 г.

В своята работа провежда изследвания съвместно с НСА, СУ, ШУ, ЮЗУ, за тенденциите в детското развитие.

Получава следдипломна квалификация по Паневритмия. Организира и обучава голям брой учители по хореография. Организира няколко научни конференции, участва в съставянето на сборници от доклади. Организира и няколко кръгли маси, участва в конференции. Има над 17 публикации.

През март 2009 г. е зачислена като докторант към катедра Обща физическа подготовка на ВТУ.

2. Данни за докторантурата

А. Даскалова – Янкова е зачислена в докторантура на заседание на катедра ОФПС с разширен състав през месец март 2009 г. (РЗ-698/09.04.2009 г.). Поради организационно-структурни промени катедрата е слята със сродната ТМФВ,

където в момента протича процедурата по защитата. Янкова е докторант на самостоятелна подготовка. Успешно е положила два изпита (кандидатски минимум), съответно по ТМФВСТ на 03.12.200 г. и по Спортна психология на 04.12.2009 г. с отличен успех. Атестирана е като докторант с оценка „Мн. добра". На заседание на катедра ТМФВ беше направено предварително обсъждане на дисертационния труд. Докторантката убедително отговори на всички въпроси. Членовете на катедрата единодушно гласуваха тя да бъде допусната до официална защита. При реализацията на дисертацията не са допуснати нарушения.

3. Данни за дисертацията и автореферата

Начинът на структуриране на дисертационния труд показва системна работа на автора и неговата изследователска компетентност. Дисертацията отговаря на съвременните изисквания на методологията и методиката на педагогическите изследвания.

В съдържателен аспект може да се констатира следното:

Уводът е кратък и представя детското развитие и психичното здраве на децата като значим обществен проблем и ролята на предмета „Физическо възпитание за психофизическото развитие на подрастващите". Аргументирана е актуалната значимост на научния проблем.

Първа глава е озаглавена: „Постановка на проблема". В тази глава авторът извършва логически структуриран, качествен и прецизен теоретичен анализ на разглеждания проблем. Задълбочено и компетентно е анализирано ключовото понятие в изследването: „Психофизическа подготовка" в двата му основни аспекта – психическа и физическа подготовка. Съдържанието на ключовите понятия е разкрито на основата на теоретичен обзор на достатъчен брой специализирани източници. Научният проблем е диференциран точно и ясно. Хипотезата е формулирана на основата на теоретичния анализ и практическия опит по проблема.

Във втора глава е представена изследователската концепция на автора. Целта и задачите следват логиката на научното педагогическо изследване и спецификата на дисертационния научен проблем. Методически правилно са определени обектът и предметът на изследване. Чрез методите на психофизическата подготовка е изграден Модел за специализирана психофизическа подготовка. Методите за диагностика са подбрани адекватно на целта и задачите, а това позволява точно и прецизно да се реализира диагностичния етап на емпиричното изследване. Организацията на изследването следва логиката на основните изследователски задачи и позволява те да бъдат обработени статистически с присъщия за педагогическите изследвания t-критерий на Стюдент.

В глава трета в таблици и диаграми високо информативно са представени резултатите от емпиричното изследване. Резултатите са анализирани компетентно в посока на изследователската концепция.

Трудът закономерно продължава с „изводи и препоръки". На базата на теоретичния обзор и анализа на резултатите от проведения експеримент са изведени изводи и препоръки. Те са коректно структурирани и представляват логическо следствие от проведеното изследване.

Следват приложения с резултати от проведените изследвания.

Дисертационният труд отговаря на всички нормативни изисквания по чл. 31, ал. 2 от Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности във ВТУ „Св. св. Кирил и Методий".

Трудът съдържа оригинална разработка, която се изразява в представения Модел за специализирана психофизическа подготовка. Разработената методика може да се предложи за практическо внедряване.

Компетентността на автора проличава при разкриване възрастовите характеристики на учениците от начална училищна възраст, същността и структурата на психофизическата подготовка, обработката и анализирането на

получените резултати. Научната актуалност и значимост на изследвания проблем е разкрита в два основни аспекта: теоретичен и практико-приложен, представена е с висок научен изказ.

Авторефератът е разработен съобразно изискванията за педагогически изследвания. Структурата и съдържанието му са съкратен вариант на дисертацията.

4. Научни приноси

Научен принос в дисертацията на Антоанета Янкова е обогатяването на теорията на социалната готовност в структурата на психофизическата готовност. Тази теория се базира на постановката за единство между психическата и физическата дейност на човека.

Друг съществен принос е разкриването на структурата на готовността за социалната адаптация при ученици от начална училищна възраст. Формирането на адекватна психофизическа готовност е цел на психофизическата подготовка. Адекватната психофизическа готовност е фактор за управление на дейностите на човека. Формирането на адекватна психофизическа готовност на учениците е необходимо, защото ситуациите в училище са нестандартни, а липсата на опит у децата увеличава риска за здравето в дадени ситуации.

Принос представлява и разкриването на значими взаимовръзки между психическите и физическите индикатори на готовността за социална адаптация на ученици на възраст от 8 до 10 години. Построени са голям брой корелационно-структурни модели от зависимости между елементи на психическата готовност и отделно за физическа готовност.

Изграден е и общ корелационно-структурен модел на психофизическата готовност от изходните и крайни данни на експерименталната група, като се проследява въздействието на Модела върху социалните отношения при изследваните лица. По този начин са разкрити най-значимите водещи елементи в структурата на социалната готовност при формирането й като адекватна.

Особена ценност е създадения Модел за специализирана психофизическа подготовка на ученици от начална училищна възраст. Той е изграден върху програмата „Здраве чрез движение сред природата". Негова цел е формиране на адекватна психофизическа готовност на ученици от начална училищна възраст. Моделът създава условия за адаптация на учениците към социална среда.

Усъвършенстваният Модел за специализирана психофизическа подготовка е ефективен и надежден – повлиял е за повишаване на взаимовръзките между психическата и физическата готовност. поради това е внедрен в практиката.

5. Публикации и участия в научни конференции

Антоанета Янкова е посочила 5 публикации по темата на дисертацията.

Съставител и редактор е на резюметата на доклади по програма „Здраве чрез движение сред природата" и излага концепцията на програмата като модел на основните компоненти на Паневритмията. Още една от публикациите на дисертанта е посветена на същата програма. Други две публикации са посветени на паневритмията. Една от публикациите е свързана със специализирана психофизическа подготовка на ученици от начален етап на обучение. Във всички тях са показани задълбочени теоретични знания и умения за провеждане на научно изследване. Това представя Антоанета Янкова като учен с доказани изследователски възможности. Те са приложени в разработката на дисертацията, където публикациите са доразвити – например програмата „Здраве чрез движение сред природата" е усъвършенствана.

Участвала е в следните научни форуми:

Трета научна конференция „Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото" – София, 2005; „Хуманизъм и прагматизъм в образованието на XXI век" – Варна, 2005; 25 г. Педагогически факултет – В. Търново, 2009. Усъвършенствала е програмата „Здраве чрез движение сред природата". Програмата е изградена върху теоретичната концепция на Петър Данов.

Публикациите съответстват на количественото изискване по чл. 30, ал. 1, т. 3 от Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности във ВТУ „Св. Св. Кирил и Методий".

6. Заключение

Дисертационният труд показва, че докторантът Антоанета Янкова притежава научно-изследователски умения и може да провежда ефективно обективни научни изследвания по научната специалност Теория и методика на физическото възпитание. Ето защо давам своята положителна оценка на проведеното изследване в дисертационният труд и предлагам на почитаемото научно жури да присъди образователната и научна степен „доктор" на Антоанета Янкова в област на висше образование: 1. Педагогически науки, професионално направление: 1.3. Педагогика на обучението по… докторска програма Теория и методика на физическото възпитание.

06.02.2012 г.

Подпис:

/проф. дпн В. Маргаритова/

Научна област: 1. Педагогика

Професионално направление: 1.3. Педагогика на обучението по...

Научна специалност: Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. методика на ЛФК)

Педагогически факултет на ВТУ „Св. Св. Кирил и Методий"

Катедра „Теория и методика на физическото възпитание"

Тема: СПЕЦИАЛИЗИРАНА ПСИХОФИЗИЧЕСКА ПОДГОТОВКА ЗА УЧЕНИЦИ ОТ НАЧАЛНА УЧИЛИЩНА ВЪЗРАСТ

Кандидат: Антоанета Иванова Даскалова - Янкова

Научен ръководител: Доц. д-р Теодора Михайлова Давидова

СТАНОВИЩЕ

От Доц. д-р Галина Петрова Дякова

Антоанета Иванова Даскалова - Янкова е родена през 1956 г. в гр. Мадан. Завършва средно образование в Техникум по индустриална химия - гр. Димитровград -1975 г. През 1980 г. завършва ВМЕИ - гр. София. През 2006 г. получава професионална педагогическа квалификация в Тракийски университет - Стара Загора. Зачислена е като докторант (март, 2009) към катедра „Обща физическа подготовка" на ВТУ.

Проблемите, свързани с психофизическата подготовка на младото поколение са с все по-нарастваща актуалност, произтичаща от сложното и динамично време, в което живеем. В този смисъл докторантът си е поставил отговорната цел: създаване на Модел за специализирана психофизическа подготовка. За изпълнение на поставената цел, успешно са реализирани четири основни задачи: литературен обзор въз основа на 162 източника; експериментиране на Модела за специализирана психофизическа подготовка; провеждане на педагогически експеримент с усъвършенствания Модел за установяване на ефекта от специализирана

психофизическа подготовка и изготвяне на Модела във вид, готов за внедряване в практиката.

Изследваният контингент включва 404 ученици в 17 експериментални и 17 контролни групи. Използваната методика е съвременна. Данните са анализирани коректно. При реализирането на дисертацията няма допуснати нарушения. Дисертацията съответства на изискванията по чл. 31, ал. 2 от Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и академични длъжности във ВТУ„Св. Св. Кирил и Методий". От езикова гледна точка трудът е разработен качествено. Авторефератът съответства на дисертацията.

Безспорно най-значимите приноси на дисертационния труд са разработването на Модел за специализирана психофизическа подготовка на ученици от начална училищна възраст; внедряването на Модела в практиката и усъвършенстването на програмата „Здраве чрез движение сред природата". Научни приноси на дисертацията са и обогатяването на теорията на социалната готовност в структурата на психофизическата годност; разкриването на структурата на готовността на социалната адаптация при ученици от начална училищна възраст; разкриване на значимите взаимовръзки между психическите и физическите индикатори на готовността за социална адаптация на ученици на възраст от 8 до 10 години и разкриването на най-значимите водещи елементи в структурата на социална готовност при формирането й като адекватна.

Представените публикации и посочените участия в научни форуми са по темата на дисертационния труд и отговарят на количествените изисквания по чл. 30, ал. 1, т. 3 от Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и академични длъжности във ВТУ„Св. Св. Кирил и Методий".

Рецензираният докторат е с голям по обем научно-изследователска дейност.

Позволявам си да направя две забележки, които не омаловажават труда на докторантката:

1. Считам, че при формулирането на втората задача е необходимо да се включи и „разработване";
2. По-уместно е, при описване на методите на изследване в основния текст, да се изписва изцяло номерацията на използвания тест (както е в приложенията). Напр. на стр. 69 е записано: „5. Тепинг тест (Приложение №2)", по-коректно би било: „5. Тепинг тест (Приложение №2 - 5)".

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ с убеденост предлагам на уважаемото научно жури да оцени положително научните качества на дисертационния труд и да присъди на Антоанета Иванова Даскалова - Янкова образователната и научна степен **„Доктор"** по научната специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. методика на ЛФК).

Стара Загора, 31.01.2012г. Изготвила становището:



(Доц. д-р Галина Дякова)