

ОЦЕНЯВАНЕ НА ЗАДЪЛЖИТЕЛНАТА ОБЛАСТ НА УЧЕБНОТО СЪДЪРЖАНИЕ СПОРТНИ ИГРИ – БАСКЕТБОЛ, НА УЧЕНИЦИ В 5. КЛАС

Теодора Н. Симеонова, Йорданка Д. Жечева

ASSESSMENT OF MANDATORY TRAINING AREA THE CONTENT SPORTS GAMES - BASKETBALL OF STUDENTS IN 5. CLASS

Teodora N. Simeonova, Yordanka D. Zhecheva

ABSTRACT: *This paper treats the new programs required areas of learning content in 5th grade. The implementation of state educational requirements and standards in part - Sports - Basketball requires an assessment of learning outcomes. With students from 5th grade is piloted model test battery to assess the knowledge, technical and tactical skills, the level of physical ability in the subject physical education and sports.*

KEY WORDS: *students 5th grade, basketball, evaluation, binding area of educational content.*

Изследването е финансирано по проект № РД-08-89/03.02.2017 г. от параграф на фонд „Научни изследвания“ на ШУ „Епископ Константин Преславски“.

Във връзка с влизането на новия „Закон за предучилищното и училищното образование“ започна разработването и въвеждане на нови учебни програми по всички предмети, изучавани в българските детски градини и училища. Законът за физическото възпитание и спорта съществено повлиява в положителна посока за разработването на прогресивни и методически оправдани концепции и педагогически технологии за решаването като цяло на наболелите проблеми. Основните цели и задачи са с насоченост към съзнателната двигателна активност и спортна дейност на учащите, формиране на умения за превръщането им в неотделима част от здравословния начин на живот [2].

В учебната програма по физическо възпитание и спорт за 5. клас са включени разнообразни физически упражнения и двигателни дейности (игрова, гимнастическа, туристическа, фитнес и спорт), съобразно възрастта, които се реализират и при използването на естествените сили на природата (въздух, слънце и вода) и здравно-хигиенните фактори за провеждане на двигателната дейност. Обучението се организира чрез включване на ученика в активна творческа дейност за решаване на двигателни и социални задачи с помощта на проблемно и програмирано изпреварващо обучение.

В края на пети клас учениците трябва да придобият знания, двигателни умения и навици за успешно изпълнение на основните технически елементи на движенията, умения за изпълнение на комплекси от гимнастически упражнения, умения за покриване на нормативи за физическа дееспособност и умения за участие в състезания по вид спорт и туризъм. В двигателно-познавателната дейност учениците трябва да познават и разграничават основни изисквания, понятия и правила в двигателната дейност и да ги прилагат за адаптация към изменящите се условия на природната и на социалната среда. Чрез целенасочена двигателна дейност да повишават физическата си подготовка и да обогатяват двигателния си опит. Здравното и функционалното състояние на учениците трябва да бъдат най-малко на средното ниво на физическа дееспособност, измерена за съответната възраст и пол, като приоритетно е развитието на двигателните качества бързина, ловкост и гъвкавост в основата на общата физическа готовност.

Разделът „Специфични методи и форми за оценяване постиженията на ученика в съответния клас“ се запазва и в новите учебни програми, но към текста, описващ начина на оценяване има добавена и таблица с препоръчително процентно разпределение на отделните оценки, но няма описание на тестовете и системата за оценяване.

Областите на компетенции за задължителната област *спортни игри* – баскетбол, включват основни технически похвати – ловене и подаване на топката с една и с две ръце на място и в движение; водене на топката - дрибъл с дясна и с лява ръка на място със и без зрителен контрол; групови взаимодействия в нападение: взаимодействия по двойки (двойно подаване, учебни игри 2:1); индивидуални действия в защита – защитни действия срещу нападател с и без топка; групови взаимодействия между двама играчи в защита затваряне на коридори, смяна на нападателите, дублиране [1].

Авторският колектив Т. Симеонова, Й. Жечева (2010) препоръчва тестове за физическа кондиция и координация с включени действия, широко застъпени при заниманията по баскетбол. Така ще се реализират държавните образователни изискванията за спортни игри и ще се повиши ефективността на обучението. Мотивацията за по-добро изпълнение на тестовете и по-високата оценка от тях води до усъвършенстването на техническата и психофизическата подготовка, и засилване на активността на учениците в часовете по физическо възпитание и спорт.

Според Ч. Стойчев (2014) физическата дееспособност се обективизира посредством физическите качества, всяко качество може да се измери чрез определени тестове, като ученикът реализира известно постижение, което може да получи количествена оценка, а съвкупността от оценките по основните физически качества дават равнището на физическата дееспособност. Тестовете, изградени върху основата на физически упражнения /бягане, скачане, хвърляне и др./, не измерват физическите качества в някакъв чист изолиран вид, както това би могло да стане при лабораторни условия, а дават представа за общата физическа дееспособност, защото изпълнението на всяко физическо упражнение изисква комплексна проява на основните физически качества.

Според К. Рачев и В. Маргаритов (1995) контролът и оценката на физическата дееспособност повишават интереса и активността на учащите се, което води до подчертан стремеж към по-високи лични резултати, а оттам и до по-системна и целенасочена двигателна дейност. За да бъде ефективен процесът на обучение, е необходимо учителят да получава информация за степента на усвояване на учебния материал от учениците. Традиционно учителят в качеството си на специалист преценява визуално доколко учениците правилно и умело изпълняват разучаваното двигателно действие, т. е. дава експертна оценка за придобитото спортно-техническо умение.

На базата на педагогическия си опит и изследвания Т. Симеонова (2015) предлага в монографично изследване с цел повишаване интереса и активността на учениците усъвършенстване на техническите умения в уроците по баскетбол и повишаване ефективността на обучението – тестове за физическа дееспособност за оценка със застъпени двигателни действия типични за баскетболната игра, и тестове за оценяване на точността на видовете стрелба в баскетбола;

ЦЕЛ на нашето изследване е да повишим интереса и активността на учениците, да усъвършенстваме техническите умения в часовете по баскетбол и повишим ефективността на обучението, използвайки тестове за оценка на физическата дееспособност и техническата подготовка със застъпени двигателни действия типични за баскетболната игра.

ЗАДАЧИТЕ за осъществяването на целта бяха:

- апробиране на 8 теста, типични за спорт баскетбол;
- препоръки за оптимизиране на работата в училище и за повишаване на ефективността на обучението по спортни игри – баскетбол.

МЕТОДИКА

Тестовете се прилагат за оценяване в часовете по спортни игри - баскетбол през учебната 2016/7 год. в I ОУ „Христо Ботев” - гр. Търговище и СУ „Йоан Екзарх Български – гр. Шумен – 5. клас.

Изследването на физическите качества и техническа подготовка при момчета 5. клас по показателите, които измерваме са:

Тест 1 – 20 m – Изпълнява се на баскетболно игрище. От изходно положение висок старт след командите “По местата, готови, старт” се пробягва с максимална скорост разстояние от 20 m. Изпълнява се два пъти и се отчита по-доброто постижение, с точност до 0,01s.

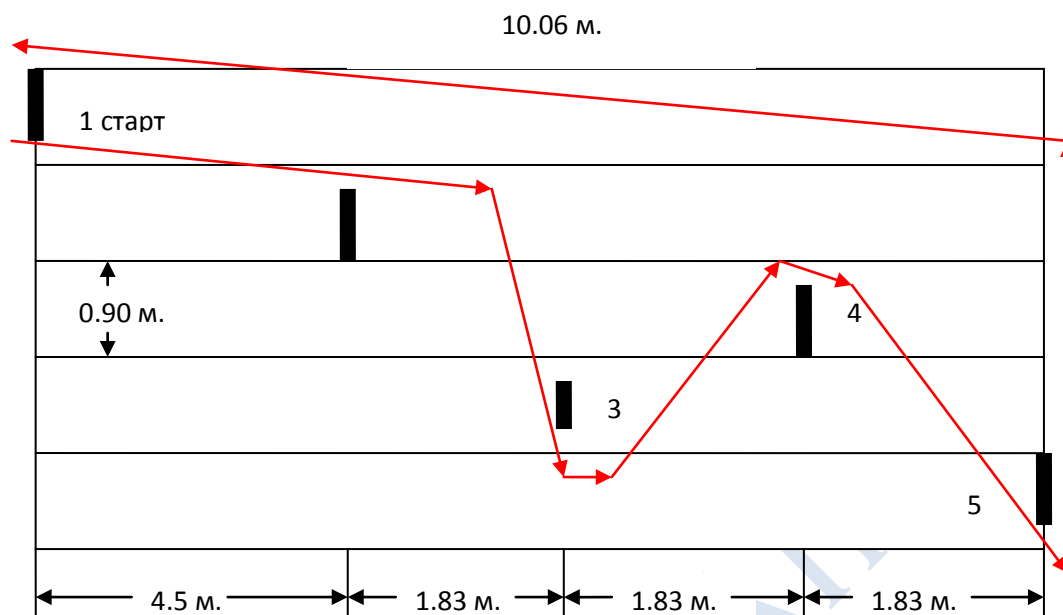
Тест 2 – Свалково бягане 10X5 м. – начертават се две успоредни линии на разстояние 5 м., линиите са дълги 1.5 – 2 м. и се ограничават с конуси или стойки. Тестираният застава зад едната ограничителна линия, като едното стъпало се поставя на линията, а другото в удобно положение. След сигнал бяга колкото може по-бързо към противоположната ограничителна линия, престъпва я, обръща се и бяга към линията на старта. Когато я достигне, по същия начин я пристъпва, и след обръщане продължава в обратна посока. В тази последователност трябва да изпълни пет цикъла “нататък и обратно”. Тестът се изпълнява само един път - измерва се времето за изпълнение на пет цикъла в сек.

Тест 3 – Отскок на височина - Изпълнява се на равна площадка с нехлъзгава настилка. Изследваният застава с рамото на удобната ръка към измерителната скала. Измерва се ръста с обтегната ръка. Следва приклякване с ръце долу-назад, мах с ръцете и отскок от двата крака със стремеж да се достигне максимална височина. Разликата между двете нива се отчита като височина на отскока. Изпълняват се два отскока. Зачита се по-доброто постижение, с точност до 1,0 cm.

Тест 4 – Подаване и ловене на топката срещу стена – дава информация за силовата издръжливост на ръцете и раменния пояс и нивото на техниката на ловене и подаване на топката. Изпълнява се на равен терен срещу стена с гладка повърхност и добра твърдост. Ученикът застава в баскетболен строеж на 2.5 метра от стената. След сигнал за начало започва да подава и лови баскетболна топка срещу стената в продължение на една минута. След сигнала за начало се броят успешните подавания за една минута. Ако топката се изтърве, то, без да се спира хронометърът, ученикът я догонва, застава на изходна позиция и продължава изпълнението на теста. Отчитат се броят на подаванията за една минута и се записват като цяло число.

Тест 5 – Бягане и дрибъл със смяна на посоката – дава информация за нивото на специалната ловкост и на техниката на водене на топката (вж. фиг. №1).

Изпълняващият застава на старта в изходно положение висок старт. След сигнал пробягва с максимална скорост дистанцията по маршрута, очертан на фигурата. Същото упражнение се изпълнява и с дрибъл. Изисква се смяна на водещата ръка. Не трябва да се допуска правенето на двоен дрибъл. Ако топката се изпусне, то тя се догонва и изпълнението продължава оттам, откъдето е прекъснато.



Фиг. 1

Изчислява се разликата (в секунди с точност до 0,01) между резултата, получен при преминаване на маршрута, посочен на фиг. 1, с водене на топката (дрибъл) и този без топка.

Тест 6 – Защитно придвижване: дава информация за бързината на придвижване в защита.

Изпълнява се на баскетболното игрище, по линия с дължина 4 метра, в края на която са поставени стойки. Тестиранят изпълнява придвижване в защитен стоеж с приставни крачки вляво и вдясно. Външният крак трябва винаги да докосва съответната стойка. Преминават се, без да се спира, 10 дължини. Измерва се времето от стартирането до завършване на последната (10-тата) отсечка.

Тест 7 – Стрелба в движение – дава информация за скоростна издръжливост и специални умения за изпълнение на стрелба в движение с висока скорост след водене на топката.

Изпълнение -- тестът започва от средата на баскетболното игрище. След водене на топката под ъгъл 30 – 40 градуса към коша се извършва стрелба. Изпълняват се по 10 опита от двете страни. Отброява се съотношението между сполучливите и несполучливите попадения от всяка страна.

Тест 8 – Стрелба от позиция – Наказателни удари – Работи се по двойки. Изпълняват се 10 наказателни удара с подавач. Отчита се броят на сполучливите наказателни удари.

Резултати

Момчетата изпълняват тестовете в началото и края на учебния период, а резултатите са представени в Таблица 1 и Таблица 2.

Таблица №1

Статистически данни – момчета начало

№	Показател	n	Xмин	Xмах	Хсредно	S	V%	As	Ex
1.	20 m	34	4,42	2,88	3,48	0,58	16,67	0,30	-0,14
2.	Совалка	34	22,68	16,58	18,23	4,31	23,64	-0,06	-0,71

3.	Отскок на височина	34	27,00	45,00	34,78	3,87	11,13	-0,15	-0,07
4.	Подаване и ловене	34	36,00	50,00	41,26	4,46	10,80	0,82	0,10
5.	Бягане с дрибъл	34	2,57	1,38	1,74	0,33	18,82	-0,68	0,41
6.	Придвижване в защита	34	1	8,82	10,87	2,66	24,47	-0,68	-0,91
7.	Стрелба в движение	34	3	8	5,34	1,57	29,21	0,29	0,37
8.	Стрелба от позиция	34	1	7	3,66	1,22	33,31	0,25	-0,33

От вариационния анализ на двете таблици отчитаме разлика по всички изследвани показатели. Дали промените, настъпили в хода на обучение на учениците и получените разлики се потвърждават с необходимата достоверност ($P_t > 95.0\%$) изчисляваме t - критерия на Стюdent (вж. таблица №3).

Ниският прираст при показателя 20 метра и разликата от 0,02 секунди, можем да отдадем на факта, че в сравнение с другите двигателни качества на човека бързината най-трудно се поддава на усъвършенстване. Приоритетна задача на физическото възпитание в училище е развиване на обща издръжливост. Тя е издръжливост по отношение на продължителна работа с умерена интензивност (мощност), включваща функционирането на голяма част от мускулния апарат. Разликата получена по отношение на признака „Совалка” са положителни. Прирастът отдаваме на многобройните упражнения и учебни игри, при които се подобрява това двигателно качество.

Таблица №2
Статистически данни – момчета край

№	Показател	n	X _{мин}	X _{мах}	X _{средно}	S	V%	As	Ex
1.	20 m	34	4,12	3,11	3,50	0,35	10,13	0,36	0,54
2.	Совалка	34	21,14	16,18	17,66	2,37	13,64	-0,06	-0,71
3.	Отскок на височина	34	27,00	45,00	36,12	4,31	11,93	-0,13	-0,44
4.	Подаване и ловене	34	36,00	53,00	44,50	3,15	7,07	0,39	0,91
5.	Бягане с дрибъл	34	2,45	1,11	1,39	0,17	12,61	-0,68	0,41
6.	Придвижване в защита	34	13,54	8,16	9,13	1,44	15,77	-0,56	-0,64
7.	Стрелба в движение	34	2	9	7,02	1,01	14,42	0,34	-0,32
8.	Стрелба от позиция	34	2	8	4,97	0,73	14,80	0,17	-0,38

Съществено условие за овладяване и усъвършенстване на редица технически похвати – стрелба с отскок, стрелба в движение и др. има взривната сила на долни крайници. Усилието във вертикален план установяваме с теста „Отскок на височина”.

Таблица №3
Значимост на разликите между средните нива

№ Тест	Начало		Край		d	t	Pt %
	X	S	X	S			
1.	3,48	0,58	3,50	0,35	-0,02	-1,31	78%
2.	18,23	4,31	17,66	2,37	-0,57	-1,21	73%
3.	34,78	3,87	36,12	4,31	1,34	5,22	96%
4.	41,26	4,46	44,50	3,24	12,61	2,95	96%
5.	1,74	0,33	1,39	0,17	-0,35	3,03	95%
6.	10,87	2,66	9,13	-1,74	1,21	1,58	85%
7.	5,34	1,57	7,02	1,68	2,07	-3,04	96%
8.	3,66	1,22	4,97	1,31	3,65	2,83	96%

Получената разлика при средните стойности са потвърдени с 96% гаранционна вероятност, което говори за положителните резултати от обучението. С теста „Подаване и ловене” изследваме способностите на момчетата по отношение на владенето на техническите елементи – подаване и ловене. Коэффициентът на вариация ни дава информация – еднакви възможности по отношение на силовата издръжливост на ръцете и раменния пояс и еднородност по ниво на техническата подготвеност. Умението за придвижване по терена без топка също е съществено важно за добрия играч. Бързината на придвижване по игрището е основата на техниката на защитата. Какви са възможностите на учениците проследяваме с теста „Придвижване в защита”. Сравнителният анализ на резултатите показва, че са настъпили положителни промени по отношение на този признак. Въпреки това обаче наблюдаваният прираст не е значим, показател за това е ниската стойност на $t = 1,21$. Тестът „Бягане с дрибъл“ е показател, който дава информация за индивидуалната техника на обучаемите. Белег за сполучлив подбор на средства и методи за въздействие и обем на натоварване е високата достоверност на получената разлика - $Pt \% = 95\%$. От приложените таблици ще проследим промяната на стрелба в движение и стрелба и стрелба от наказателната линия. Тези видове стрелба са застъпени по време на обучението приоритетно, а като фактор за тактическо умение сме избрали изпълнението на наказателния удар. Стрелбата в движение е най –използваният начин за завършване на атаката в близост до коша. Почти единодушно е мнението на спортните педагози, че наказателният удар е не само начин за постигане на точки, но и средство за психологическо въздействие върху съперника. Изчислените стойности на t – критерия на Стюdent за получените статистически разлики са с висока степен на достоверност(и за двата показателя 96%).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- Положителна промяна се наблюдава в процеса на целенасочено обучение по баскетбол. По пет от изследваните показателя е настъпило значимо повишаване нивото на физическа и техническа подготвеност. Най-значими са промените по отношение на нивото на отскокливост, ловкост и точност, което се потвърждава от средните стойности при водене на топката и стрелба. Разликите са подкрепени с необходимата статистическа достоверност.
- Стабилизирането по всички показатели може да се потвърди със стойностите на вариационния коефициент - $V \%$ в края. По отношение на наблюдаваните признаци – извадките са относително хомогенни и разсейването е намалено. Това е показател за желаното в педагогически аспект изравняване на способностите на учениците.
- Измерването с тестове, които съдържат упражнения близки до елементите на баскетболната игра, води до повишаване на ефективността от двигателното обучение и

оценяване при задължителната област – Спортни игри. Мотивацията за по-добро изпълнение на тестовете и по-високата оценка от тях води до усъвършенстването на техническата и физическата подготовка и засилване на активността на учениците в часовете по физическо възпитание и спорт.

References:

1. Uchebni programi – sajt na MON (curriculum - website MES)
2. Zakon za preduchilishtno i uchilishtno obrazovanie (Law on pre-school and school education): <http://dv.parliament.bg/DVWeb/showMaterialDV.jsp?idMat=97877>
3. Rachev, K., V. Margaritov Dvigatelni kachestva v nachalna uchilishtna vazrast (Motor skills in primary school) p S., 1995
4. Simeonova, T. Kontrol i otsenka na tehniceskata pdgotovka po basketbol na uchenitsi 5. –8. klas (Monitoring and evaluation of technical preparation basketball pupils 5. – 8. class), UI, Shumen, 2015
5. Simeonova, T., Y. Zhecheva, Testove za otsenka na basketbola (Tests for evaluating basketball), 6 NK „Fizichsko vapitanie i sport v uchilishte“ Sandanski, 2010
6. Stoychev, Ch., K. Minev, I. Stoychev Sravnitelen analiz na testovete za fizicheska deesposobnost v Balgaria I razvitite evropeyski straini (Comparative analysis of tests to assess physical fitness in Bulgaria and developed European countries), PF, yearbook Innovation in education , Shumen, UI, 2014 s 433–441

*Assoc. Prof. PhD Teodora Simeonova
Department “TMFV and Sport”
At Konstantin Preslavsky – Univesrity of Shumen
t.simeonova@shu.bg*

*Yordanka Zhecheva
1st Primary School „Hristo Botev”, Targovishte
yordanka_jechev@abv.bg*