

## РЕЗЮМЕТА НА ПУБЛИКАЦИИТЕ

на старши преподавател д-р Теодора Николаева Симеонова

за участие в конкурс за заемане на академичната длъжност „доцент” по: област на висше образование 1. Педагогически науки, професионално направление 1.3. Педагогика на обучението по... (Методика на обучението по физическо възпитание и спорт), обявен в Държавен вестник, бр. 64 от 16.08.2016 г.

### I. МОНОГРАФИИ

*I.1. Симеонова, Т.* (2015). КОНТРОЛ И ОЦЕНКА НА ТЕХНИЧЕСКАТА ПОДГОТОВКА ПО БАСКЕТБОЛ НА УЧЕНИЦИ 5. - 8. КЛАС, УНИВЕРСИТЕТСКО ИЗДАТЕЛСТВО "ЕПИСКОП КОНСТАНТИН ПРЕСЛАВСКИ", ШУМЕН, 2015, ISBN 978-619-201-038-6, 131 СТР.

**Резюме:** Необходимостта от създаването на този труд е провокирана от факта, че в практиката много често учителите и другите спортни специалисти, не умеят да оценяват и контролират техническата подготовка по баскетбол. Баскетболът, като компонента на основно ядро „Спортни игри“ в учебните програми на Средно общообразователно училище заема основно място сред голямото разнообразие от средствата за физическо възпитание, използвани за развитие на подрастващите.

На базата на спортно – педагогическия и личен опит и на пилотни проучвания и изследвания в тази насока разработихме иновативна и лесно приложима методика за преподаване и оценяване на техническата подготвеност по баскетбол на ученици от основна образователна степен 5. – 8. клас. Търсейки нови възможности и резерви за усъвършенстване на техниката в баскетбола, предлагайки програми за обучение и оценяване, ще осигурим решаването на задачите за изпълнение на държавните изисквания и стандарти за учебния предмет „Физическо възпитание и спорт”.

Всичко това изисква сериозни корекции в досега съществуващия стил на работа на спортните педагози в обучение по баскетбол.

Разработката се състои от теоретична, методологична и аналитична част, на базата на които е оформена и заключително-обобщаваща част от 7 извода и препоръки. Библиографията съдържа 126 източника, от които 12 нормативни документа, 94 на кирилица, 11 на латиница, 9 интернет ресурси.

При разработването на глобалната идея решихме следните основни задачи :

- 1.Изследване на съществуващите системи и модели за контрол и оценка на спортната подготовка по баскетбол в училище;
- 2.Изследване на динамиката на физическа дееспособност и техническа подготвеност на ученици 5. – 8. клас;
- 3.Разработване на нова система за оценка на техническата подготовка по баскетбол на ученици 5. – 8. клас.

**Предмет** на изследването са параметрите на специфичната физическа подготвеност, технико-тактически умения и някои психически качества, определящи ефективността на стрелбата в коша, както и влиянието върху нея на специализирана програма за усъвършенстване на техниката в баскетбола на базата на способността на учениците за антиципация.

**Обект** на изследването са специфичните баскетболни умения на учениците от прогимназиалния етап (5. – 8. клас) да избират и прилагат в завършващата фаза на атаката адекватна техника на стрелба в коша и правилен избор на действия в игра.

За реализиране на задачите на изследването се прилага комплексна методика, която съдържа методи за теоретичен анализ и синтез, педагогическо наблюдение, спортно-педагогически експеримент, методи за измерване на физическата годност и техническа подготвеност, математико-статистически методи и сравнителен анализ. Под наблюдение бяха съдържанието и структурата на урока по физическо възпитание и спорт, апробирането на многообразие от методи за обучение, за организация, за натоварване, ролята на спортния педагог и действията на учениците в различните урочни и модулни форми на работа по физическо възпитание и спорт в 5. – 8. клас в градовете Шумен, Търговище и Смядово.

Инструментарият на изследването се състои от показатели разкриващи физическата и техническа подготвеност и точността при стрелбата в коша. Резултатите от спортно-педагогическия експеримент са подложени на статистическа обработка и анализ, на базата на които са разработени и модели за оценка на техническата подготовка по баскетбол в 5. – 8. клас

## **II. УЧЕБНИЦИ, УЧЕБНИ ПОМАГАЛА И УЧЕБНО-ПОМОЩНА ЛИТЕРАТУРА**

**II.1. Симеонова, Т.** (2006). Баскетбол (учебно помагало) УИ "Еп. К. Преславски" Шумен 2006 в съавторство с Н. Цветкова ISBN-10:954-577-397-9 ISBN - 13: 978-954-577-396-6

**Резюме:** Учебното помагало „Баскетбол” Настоящото учебно помагало е предназначено за студентите от Шуменски университет”Епископ К.Преславски” – гр.Шумен. В него е изложен в систематизиран вид методическо-практическият материал за начално обучение по баскетбол.

Вниманието е насочено към техническите похвати за игра в нападение и защита и към индивидуалните и групови тактически действия. Приложен е голям брой упражнения.

Учебното помагало ще послужи на студентите от специалността “Педагогика на обучението по физическо възпитание” както и на тези, които изучават дисциплините “Спорт”, “Физическо възпитание”, “Физическа култура и спорт”, методически да оформят и задълбочат знанията и уменията си по баскетбол.

То може да се използва и от преподаватели в основните, средните и висшите

училища, занимаващи се с начално обучение по баскетбол.

Учебният материал е систематизиран в шест раздела:

- Същност, значение и развитие на играта;
- Техника на играта;
- Тактика на играта;
- Правила на играта;
- Построяване на учебния процес по баскетбол;
- Системи за провеждане на състезания.

Систематизирана е класификация на техниката на играта в нападение и защита, на тактическата подготовка – индивидуална, групова и отборна в защита и нападение. За всеки технически похват и тактическо действие е зададена методическата последователност на обучението. Подбрани са примерни упражнения, чрез които се постига правилно обучение и са посочени възможните грешки, които биха могли да бъдат допуснати.

Предложени са разработени примерни план-конспекти на уроци по баскетбол.

**II.2. Симеонова, Т. (2008).** Детски баскетбол, Книга. В.Търново, „Фабер“, 2008 в съавторство с Р. Алексиев  
*ISBN: 978-954-577-483-6*

Учебно помагало по детски баскетбол е предназначено за студентите от специалността „Предучилищна и начална училищна педагогика“ от Шуменски университет „Еп. К. Преславски“ – гр. Шумен, а също така и за педагозите в областта на предучилищното възпитание.

Авторите на учебното помагало предлагат разнообразни упражнения и игри с насоченост за овладяване на елементарни технически похвати от детски баскетбол. Включените игри могат да се организират при различни условия и в зависимост от възможностите на децата и подготовката на учителя. Изложеният материал запознава обучаващите се с техниката на изпълнение на двигателните задачи по детски баскетбол, включени в програмите за възпитателно – образователната работа в детската градина и подготвителната група/клас в детската градина и в училище.

Съдържа 6 глави

I. МОТОРИКА НА ДЕЦАТА ОТ ПОДГОТВИТЕЛНАТА ГРУПА В ДЕТСКАТА ГРАДИНА ЗА УЧИЛИЩЕ –

II. СЪЩНОСТ И ОСОБЕНОСТИ НА ОБУЧЕНИЕТО В СПОРТНИ И ДВИГАТЕЛНИ ДЕЙСТВИЯ –

III. ДЕТСКИ БАСКЕТБОЛ – ТЕХНИКА И МЕТОДИКА НА ОБУЧЕНИЕТО

IV. СРЕДСТВА ЗА РАЗВИВАНЕ НА ДВИГАТЕЛНИТЕ СПОСОБНОСТИ НА ДЕЦАТА

V. ПРАВИЛА ПРИ ИГРА НА БАСКЕТБОЛ В ДЕТСКАТА ГРАДИНА

## VI. ПРИМЕРНИ ЗАНИМАНИЯ СЪС СПОРТНОПОДГОТВИТЕЛНИ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРИ

Представени са целесъобразно подбрани примерни упражнения, подготвителни, щафетни и спортноподготвителни игри, чрез които не само да се овладяват основните задачи на учебните ситуации.

**II.3 Симеонова, Т.** Работна тетрадка – Хоспетиране в съавторство с Н. Йарданова УИ "Еп. К. Преславски" Шумен 2015

РАБОТНАТА ТЕТРАДКА е предназначена за практическо обучение на студентите от специалност „Физическо възпитание“

Педагогическата практика на студентите е условие за разгръщане на професионалната им компетентност и подготовка за бъдеща реализация в условията на българското училище. Тя играе изключително важна роля за изграждане на педагогическата, педагогическо-комуникативната и педагогическо-ценностната им компетентност. Анализът на учебната документация и многогодишният опит по планирането, организацията и провеждането на педагогическа практика на студентите от специалност „Физическо възпитание“ ни позволи да откроем следните етапи в подготовката на бъдещите учители:

1. Етап на осъзнаване на практическата приложимост на теоретичните знания. Той включва лекционния курс, семинарните и практическите упражнения по теория и методика на физическото възпитание и **хоспетирането**.
2. Етап на приложение на теоретичните знания и формиране на начални професионално-практически умения. Той обхваща **текущата педагогическа практика (ТПП)**.
3. Етапът на самостоятелно прилагане на професионално педагогическите знания, умения и навици в педагогическия процес е заключителен и обхваща **преддипломната педагогическа практика (ПДПП)**.

В работната тетрадка са представени всички субекти, участници в различните форми на практическото обучение, като първата част е основно посветена на **хоспетирането**. Най-съществено място в нея е отделено на протоколите за наблюдение в трите образователни степени на СОУ, където по теми е отразена професионално-педагогическата ангажираност на студента в хоспетирането.

Указанията са съгласувани с учебния план на специалността „Физическо възпитание“ са съобразени с Държавните изисквания за придобиване на професионално-педагогическата квалификация „учител“.

**II.4 Симеонова, Т.** Работна тетрадка – ППП в съавторство с Н. Йарданова УИ "Еп. К. Преславски" Шумен 2014

РАБОТНАТА ТЕТРАДКА е предназначена за практическо обучение на студентите от специалност „Физическо възпитание“.

В работната тетрадка са представени всички субекти, участници в различните форми на практическото обучение, като третата част е основно посветена на **преддипломната педагогическа практика (ППП)**. Най-съществено място в нея е отделено на текущото разпределение на учебния материал, разпределението за третия учебен час по физическо възпитание и протоколите за изнесените уроци в трите образователни степени на СОУ, където по теми е отразена професионално-педагогическата ангажираност на студента в **преддипломната педагогическа практика (ППП)**.

Работната тетрадка е задължителен документ за всеки студент в трите етапа на педагогическата практика.

Указанията са съгласувани с учебния план на специалността „Физическо възпитание“ и съобразени с Държавните изисквания за придобиване на професионално-педагогическата квалификация „учител“.

**II.5 Симеонова, Т.** Работна тетрадка – ТПП в съавторство с Н. Йарданова УИ "Еп. К. Преславски" Шумен 2014

РАБОТНАТА ТЕТРАДКА е предназначена за практическо обучение на студентите от специалност „Физическо възпитание“.

В работната тетрадка са представени всички субекти, участници в различните форми на практическото обучение, като втората част е основно посветена на текуща педагогическа практика (ТПП). Най-съществено място в нея е отделено на протоколите за изнесените уроци в трите образователни степени на СОУ, протоколите за плътност на урока и пулсометрия и тематично-присъствения дневник с анализ на наблюдаваните уроци, където е отразена професионално-педагогическата ангажираност на студента в текуща педагогическа практика (ТПП).

Указанията са съгласувани с учебния план на специалността ФВ и съобразени с Държавните изисквания за придобиване на професионално-педагогическата квалификация „учител“.

### **III. НАУЧНИ СТАТИИ В ЧУЖБИНА**

**III.1.** Teodora Simeonova and Yanko Yankov EVALUATION OF THE COLLECTIVE AND EGO ORIENTATON OF THE ATHLETES FROM THE “SHUMEN” BASKETBALL CLUB (99-101), APES(2016) Vol.6, No.1, Симеонова, Т. Я. Янков ОЦЕНКА НА КОЛЕКТИВНАТА И ЕГО ОРИЕНТАЦИЯ НА СЪСТЕЗАТЕЛИ ОТ БАСКЕТБОЛЕН КЛУБ „ШУМЕН“ APES(2016) Vol.6, No.1 UDC: 796 ISSN: 1857-7687

#### **Резюме**

Спортният отбор е малка социална група. В своето развитие тази група прераства в спортен колектив. Спортният тим е обединение от спортисти, които, освен индивидуални, имат обща цел и общи задачи, свързани с постигането на спортно майсторство, с лични и с колективни спортни постижения. Общата цел и общите задачи превръщат спортния отбор в колективен субект на спортната дейност.

Във всеки спортен отбор по естествен начин се формират два особени стремеж, като всеки от тях се „бори“ да доминира над другия. Единият е стремеж към обединяване на отбора, а другият се нарича стремеж към разединяване. Психическите състояния, които възникват в колектива, са в резултат именно на тези две тенденции, които са взаимно свързани: тенденцията на интеграция и тенденцията на диференциация.

Колективната психика на отбора може успешно да се управлява при положение, че интеграцията и диференциацията се привеждат в съотношение, което съответства на актуалните цели и задачи.

Целта на изследването е да се установи преценката на състезатели - мъже и жени от баскетболен клуб “Шумен“ дали победата в спорта е проява на майсторството на колектива или изтъкват личността си.

С помощта на тест за оценка дали индивидът определя победата в спорта, като проява на майсторство(колективна ориентация) или изтъква себе си (его ориентация), които съдържа 13 въпроса, 7 от които са мярка за колективната ориентация, а останалите 6 – за его ориентацията. Въпросите започват с твърдението „В спорта се чувствам най-успешен когато.....“ От направеното проучване установяваме , че с възрастта и различния състезателен опит равнището на самоувереност в собствените сили за успех на играчите от баскетболен клуб „Шумен“ при мъжко и женско направление е различен. Положителното при всички формации е, че имат най-висок процент(около30) за висока оценка за колективната отговорност за постигане на успех.

**III.2.** Teodora SIMEONOVA,Petya PETKOVA, Petko VASILEV, Mustafa MUSTAFA, Darina BACHVAROVA, Nadezhda YORDANOVA and Yanko YANKOV, Application of Physics in Volleyball , 2014, 9th International Balkans Education and Science Congress – Edirne 685-687

Резюме

#### ПРИЛОЖЕНИЕ НА ФИЗИКАТА ВЪВ ВОЛЕЙБОЛА

Необходимо е да се обърне внимание на законите на кинематиката, които регулират движението на играчите и топката при волейбола. Извършихме физически експеримент по време на играта волейбол. Една ефективна услуга в спорта е от решаващо значение за печелившата стратегия. Ние считаме, че трите най-важни сили в реда на тяхното влияние върху топката са : първа сила е в резултат на гравитацията, след това въздушното съпротивление и най-накрая от спин сила. Тези три сили са изследвани в детайли по време на физическия експеримент.

Една от целите на началния удар ефективно да служи, е да се даде на посрещачите-малко време да се реагират. В тази статия ние сме изградили модел на сервиране във волейбол как да се използва, за да се определи как да се служи, така че след преминаване на мрежата, топката се удари в желаното място в минимално количество от време. За да се образува модел, силите, които действат върху топката, трябва да бъдат описани математически.

Този комбиниран теоретичен модел оптимизира стратегията за минимизиране на времето за изпълнение. Тази информация е много важно за един волейболист, защото той трябва да знае как да се изгради стратегия за сервиране. Въртене на топката също има измерим ефект. Така сервиса с минималното време във въздуха топката трябва да се удари с най-много топ-спин, колкото е възможно, към края на линията.

**III.3.** Teodora SIMEONOVA,Petya PETKOVA, Petko VASILEV, Mustafa MUSTAFA, Darina BACHVAROVA, Nadezhda YORDANOVA and Yanko YANKOV, Physical Capability and Coordination of Students in grades 5 - 8 , 2014,9th International Balkans Education and Science Congress – Edirne 739-744

Резюме

Физическата кондиция и координация на ученици от 5. до 8. клас се измерва с помощта на 6 теста 50 m спринт, 300/600 м гладко бягане, хвърляне на плътна топка, изправяне от тилен лег, скок на дължина с два крака от място, ловкост и пъргавина. Тестовете за точност при стрелбата са съобразени с променената методология, насочена към

подобряване на постиженията. Това ще ни помогне да се проследи промяната на стрелбата от близко разстояние, стрелба в движение, стрелба с отскок и далечна стрелба. Тези видове стрелба са обхванати по време на обучението приоритетно в класовете.

В резултат на приложената методика значително по-добри резултати са дали учениците от експерименталните групи.

**III.4.** Симеонова, Т., Д. Обрешков, The effect six-month training in gymnastics on the flexibility, speed and the ability to jump among 10- year-old girls, *ACTIVITIES IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT* Vol. 2 1/2012 Skopje 29-31 UDC: 796 ISSN: 1857- Ефективността на шестмесечна тренираност по спортна гимнастика върху еластичността, скоростната и взривна сила на 10 годишни момичета

#### Резюме

Тренировъчният процес в спортната гимнастика може благоприятно да допринесе за физическото развитие на децата от двата пола. С това експериментално изследване се опитваме да се определи степента на влиянието на този процес при трениране на спортна гимнастика на момичетата на възраст от 10 години.

Двадесет момичета участват в експеримента като предварително е взето съгласието на родителите им и са минали медицински преглед. Не са констатирани отклонения от нормалното развитие на тази възраст. Обучението се провежда в град Русе в зала за гимнастика. Децата са обучавани в продължение на 75 минути три пъти седмично. Всяка сесия на обучение са включени 15 минути на загряване, 45 мин за упражнения за сила и накрая 15 минути упражнения за гъвкавост.

В заключение можем да кажем, че нашите резултати са подобни на предишните резултати при тестовете от този вид. (Мали, 1992; пробивач, 1996; Хаджиев, 1967). На антропометричните индекси - височина и тегло се увеличи леко и те могат да бъде свързани с физическото развитие на момичетата, които са участвали в експеримента.

**III.5.** Симеонова, Т., Д. Обрешков, Опит за оптимизиране и анализ на тренировъчни натоварвания, характеризирани с абсолютна силова издръжливост, An attempt for optimization and analysis of the training load, characterized by absolute power endurance *RESEARCH IN KINESIOLOGY* Vol. 40 2/2012 Skopje 25-30 UDC: 796, ISSN 1857-7679

#### Резюме

Експеримента е проведен в Департамента по спорт в Русенски университет "Ангел Кънчев" с 30 момичета на възраст 16 - 22 години, предварително подложени на медицински преглед. С помощта на сравнителен и вариационен анализ се доказва оптимизирането на силовата издръжливост на участничките, като се прилага 9 месечно тренировъчно натоварване с използването на фитнес уреди. В резултат на приложената методика 57% от експерименталната група повишават абсолютната силова издръжливост.

**III.6.** Simeonova, T. Accuracy and anticipation of shooting in basketball with 9th – 12th grade girls, *APES* 2 (2012) 2: 216-219, *ACTIVITIES IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT*, Skopje, Macedonia UDC: 796 ISSN: 1857-7687

## Точност и антиципация на стрелбата в баскетбола на момичета 9. – 12. клас

### Резюме

Характерна особеност на баскетбола в горна степен на СОУ (9-ти - 12-ти клас) е, че като спортна игра тя предоставя големи възможности за комплексно психомоторно и физическо развитие на учениците. Модели за подобряване на техниката на стрелба в баскетбола са създадени на базата на способността момичета за антиципация. 171 момичета от професионални гимназии и средни училища в градовете Шумен, Търговище и Смядово бяха разделени в една контролна (58 момичета) и две експериментални групи (Е1- 62 момичета от средните училища и Е2 - 51 момичета от професионални гимназии) В началото и в края на експеримента ученичките са подложени на следните тестове: близка стрелба, стрелба в движение, стрелба с отскок, далечна стрелба, наказателен удар и антиципация при тези стрелби.

Резултатите от експеримента показват голямо увеличение на стрелбата при изпълнение на близка стрелба и при наказателен удар. Подобряване на техниката за стрелба в баскетбола може да се получи чрез прилагане на модели, базирани на способността на момичетата за антиципация. Получените данни потвърждават, че успешното предвиждане на изхода от стрелбата води до подобрене видовете стрелби заложи в експеримента. Това се потвърждава и от желаното в педагогически аспект изравняване на резултатите на ученичките.

### НАУЧНИ СТАТИИ В СПИСАНИЯ

#### Сп. „Спорт и наука“

*IV.1. Симеонова, Т. КОРЕЛАЦИОННИ ВРЪЗКИ МЕЖДУ ТОЧНОСТ И КАЧЕСТВА НА ВНИМАНИЕТО ПРИ УЧЕНИЦИ ТРЕНИРАЩИ СПОРТНА СТРЕЛБА, списание "Спорт и наука", брой 4 , 2015, стр. 127-132 в съавт. с Д.Асенова и А. Бонева ISSN 1310-3393*

#### Резюме

Настоящият доклад представя резултатите от изследване на свойствата на вниманието при ученици трениращи спортна стрелба – пушка и пистолет. Развитието на основните качества на вниманието – съсредоточеност, интензивност, устойчивост и продуктивност се изследва с помощта на психологически тест - коректурна проба.

Проследявайки и динамиката на точността при стрелбата се разкрива и промяната при техническата подготовка на тестваните лица. Намерените корелационни зависимости между тях помагат за усъвършенстване на психологическата подготовка. Изследването е проведено в началото и края на учебната 2013/14 година с ученици от Спортно училище "Никола Симов" гр.Търговище, трениращи спортна стрелба – пушка и пистолет. Качествата на вниманието на момичета и момчета се определя с Коректурна проба, а точността при стрелбата със изпълнение на 40 изстрела.

Наличните значими корелационни връзки доказват ,че точността при спортната стрелба – пушка и пистолет при ученици се подобрява с промяната и усъвършенстването на качествата на вниманието. Съсредоточеността и устойчивостта на вниманието по



време на изстрела играе водеща роля за точността на стрелбата, което се доказва и от наличните корелационни връзки между тези показатели. В процеса на обучението стрелецът трябва да се научи да формулира своето вътрешно състояние в момента на изстрела. Затова качествата на вниманието трябва да се развиват и усъвършенстват по време на тренировъчната работа. В хода на тренировъчния процес установяваме подобрена техническа и психологична подготовка и значително подобрение на свойствата на вниманието - устойчивост, съсредоточеност, продуктивност и интензивност.

Препоръчваме при обучението да се използват съвременни методи – автогенни тренировки, психорелакс, антиципация и др. за подобрието на цялостната спортна подготовка на стрелците.

*IV.2. Симеонова, Т. ПРОУЧВАНЕ ОТНОШЕНИЕТО НА УЧЕНИЦИТЕ ОТ 9. – 12. КЛАС ТРЕНИРАЩИ БАСКЕТБОЛ, ОТНОСНО ЕФЕКТИВНОСТТА НА ОБУЧЕНИЕТО ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ , в съавт. с Я. Янков Спорт и наука извн. брой 5, С. 2015 ISSN 1310-3393*

Резюме

Настоящата статия представя резултатите от анкетно изследване на мнението и отношението на ученици трениращи баскетбол, към реализирането на държавните образователни изисквания и стандарти в 9. – 12. клас. Проблемите съпътстващи основно ядро „Спортни игри“ – баскетбол, личат от отговорите на повечето въпроси. Обратната връзка между респондентите и спортните педагози ще оптимизира учебния процес по физическо възпитание и спорт и ще повиши ефективността му.

ЦЕЛ – да анализираме моментното състояние на организация и реализация на обучението по физическо възпитание и спорт в средна общообразователна степен 9. – 12. клас.

ЗАДАЧИТЕ за осъществяването на целта бяха:

- литературен обзор и нормативни документи по проблемите на спортно-педагогическия процес по физическо възпитание и спорт в училище;
- анкетно изследване на мнението и отношението на ученици, играещи баскетбол към ефективността на обучението;
- препоръки за подобряване на работата в училище.

Необходимата информация събрахме с помощта на педагогическо наблюдение, беседа и анкета с 97 участника във финали на ученически игри 2015г. – 33 момичета и 64 момчета – от гр. Шумен, гр. Варна, гр. Видин, гр. Златоград, гр. София, гр. Габрово, гр. Плевен, гр. Бургас, гр. Силистра, и гр. Стара Загора.

По мнение на ученици 9. – 12. клас , трениращи баскетбол, е необходимо увеличаване на часовете, за занимания със спорт. За повишаване ефективността на обучението по физическо възпитание и спорт часовете да се ръководят преобладаващо от специалисти

по физическо възпитание и спорт, в краен случай от треньори с висока професионална квалификация.

С цел повишаване на резултатите от спортно-педагогическия процес и за засилване на активността на учениците в него да се оптимизира системата за контрол и оценка, да се разработят методически указания и контролни нормативи по изучаваните видове спорт. В часовете предвидени за обучение в ядро «Спортни игри» - да се прилагат нови форми на баскетболната игра – 3 x 3, стрийтбол и др.

*IV.3. Симеонова, Т. Г. Цанева, Организация на модулното обучение по туризъм и туристически практики в шуменските училища, списание Спорт и наука, изв. брой 2, 2014, с.90 - 93. ISSN 1310-3393*

Резюме

Въвеждането на модулното обучение за предмета физическо възпитание и спорт в учебния план наложи разработването на концепция, която се основава на нормативната уредба, на съвременните идеи и е съобразена и с нашите традиции и с европейския опит. Възможностите за вариативност на съдържанието и многообразието от формите позволяват цялостната двигателна активност да се насочи съобразно ценностната ориентация на ученика, неговите интереси и потребности. По този начин се осъществява едно продължение на процеса за либерализация на физическото възпитание и спорта в училище, заложено в основите на държавните образователни изисквания за учебното съдържание по физическо възпитание и спорт.

Цел на настоящата разработка е да проучим организацията и реализацията на третия допълнителен час по „Туризъм“ в НУ „Княз Борис I“, СОУ „Сава Доброплодни“ и СОУ „Йоан Екзарх Български“, ПГАСГ от гр. Шумен.

Модулът „Туризъм“ и неговите разновидности са в отговор съвременното българско училище да покаже пътя на младия човек към здравословния начин на живот и да благоприятства за формирането на компетентности с широка практическа приложимост и насоченост.

В заключение природните ресурси и забележителности на град Шумен осигуряват големи възможности за успешното и пълноценно провеждане на третия допълнителен час по физическо възпитание.

Модул „Туризъм“ във всичките си разновидности съдейства за развитие на двигателната и спортна активност на учениците, осмисляне на свободното време и релаксация сред природата. Туризмът и туристическите практики са предпочитани във всички степени на Шуменските училища за реализиране задачите на модулното обучение.

*IV.4. Simeonova, T., Bachvarova D., Petkova, P., Vasilev, P., Mustafa, M. THE BASKET BALL GAME AND THE PHYSICAL EXPERIMENT, s .935, 7th INTERNATIONAL*

#### Физичен експеримент в играта баскетбол

##### Резюме

Необходимо е да се обърне внимание на законите на механиката, които регулират движението на спортисти, когато участват в спортно-педагогически експеримент по време на игра баскетбол. Важно е да се помисли за показателите за физическа и техническа подготвеност на учениците и показателите на точността на стрелбата в коша при изследването, като се сравнят горните параметри, характерни за две групи спортисти: момчета и момичета. Обсъждаме ефективността на прилагането на законите на механиката в предложения наш модел.

Първият физически експеримент показва, че когато се намали ъгъла и разстоянието на полета на топката се увеличи и с намаляването на височината на баскетболен играч, нараства времето и скоростта на полета.

Вторият физически експеримент показва, че когато ъгъла на изстрелване на топката и височината на баскетболиста са постоянни, тогава разстоянието, времето и скоростта на полета намалява.

Третият физически експеримент показва, че когато ъгъла и разстоянието на полета са константи, по време на полета на топката към коша, скоростта се увеличава

*IV.5. Симеонова, Т., Я. Георгиева, Кр. Йорданов "Сравнителен анализ на психологическа подготовка на профилирани групи по баскетбол на ШУ и ТУ – Варна", списание "Спорт и наука" извн. брой 3, с.210-2131 2013 ISSN 1310-3393*

##### Резюме

Целта на изследването е да се установи психологическата подготовка на студенти от Технически университет - гр. Варна и Шуменски университет участващи в профилни групи по спорт – баскетбол. На тази база се цели сравняване на психическите качества и способността за антиципация на студентите. В експеримента участват 67 студента тествани с коректурна проба и тестове за прогнозиране на изхода от стрелбата.

Спортуващите баскетбол студенти от двата ВУЗ-а показват сходни стойности по отношение на качествата на вниманието – устойчивост, съсредоточеност, продуктивност и интензивност.

Най-добри прогнозни резултати студентите показват при стрелбата в движение и най-лоши при стрелбата с отскок и при двата университета.

*IV.6. Симеонова, Т., Н. Йорданова, Sports woodball – route to improve environmental health and culture of students from university of Shumen, "Sport & Science" Magazine ,2012, 185*

Спортът удбол – път за повишаване на здравната и екологична култура на студентите от Шуменски университет

## Резюме

Удоволствието от удболната игра се състои в това, че състезателния елемент в играта носи много емоции и вълнение, заедно с концентрацията и амбицията за победа. За честната и спортменска игра се съблюдава стриктно, както и в други спортове водещи началото си от Изтока.

Цел на изследването е чрез средствата на спорта удбол да допринесем за повишаване на екологичната и здравна култура на студентите от ШУ "Еп. К. Преславски".

Набелязахме следните задачи:

1. Да отличим характерните особености на спорта удбол;
2. Да организираме и проведем курсове със студенти от различни специалности, в които да ги запознаем с средствата и методите на този спорт и да изградим начални умения;
3. Да повишим екологична и здравна култура на студентите;

Запознавайки възможно най-голям брой студенти с основите на удболния спорт ще създадем по широка основа за начало на формиране на екологична култура у тях.

Методиката за работа при популяризиране на удбола може да се прилага в бъдещата работа на студентите педагози за спорт в свободното време, може да се използва и успешно като вариант на модул Туризм за третия допълнителен час по физическо възпитание и работа в допълнителните ядра.

Използвайки здравните и природозащитни знания и умения, които получават по време на курсовете студентите успешно прилагат за осъществяването на междупредметни връзки в съвременния образователен процес.

### *IV.7. Simeonova, T., Damyanova, S. Model for a complex effect on motorics capability of preschool children, Sport & Science" Magazine ,2012, 182 – 185, ISSN 1310-3393*

Модел за комплексна методика за подобряване на моториката при деца в детска градина

## Резюме

Експериментална работа се фокусира върху проследяване на въздействието на комплекси от кръгови занятия по двигателна дейност при деца, които редовно посещават подготвителни групи в 43 детска градина „Синчец“ - Варна, презучебната 2009/10 година.

Реализираният експеримент с контролна и експериментална група и анализа на резултатите от спортните и образователни тестове, доведоха до следните изводи:

Положителен ефект проучен в педагогическия аспект от данните от спортните тестове личат при децата в експерименталната група, като се предполага, че върху тези резултати влияе и комбинацията от естествена възраст и характеристиките на растеж и

на комплексното въздействие на методическия модел.

Експеримента с кръгови занимания подобрява не само моторните способности на децата, но и имат цялостното въздействие върху развитието на детето - възпитава децата в самостоятелно мислене и конструктивно изпълнение на алгоритми за моторни действия. Прилагането в подготвителна група на детската градина позволява изграждането на необходимото ниво на физически качества на децата, увеличава техния

емоционален заряд, провокира общия психо-физически потенциал и мотивират децата за игра..

И накрая, но не на последно място, за да направи крайната цел на учебния процес по физическо възпитание в детската градина е необходимо използването на нови методически инструменти за повишаване на ефективността учебно –възпитателния процес.

## **V. СТАТИИ В ГОДИШНИЦИ**

*V. 1. Симеонова, Т. МОДЕЛ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА СИЛОВАТА ПОДГОТОВКА НА МОМИЧЕТА ОТ 3. КЛАС, с. 988 - 996, Годишник на ШУ "Еп. К. Преславски" том XX D ПФ Шумен 2016 ISSN 1314 - 6769*

### **Резюме**

Всеобщо е мнението, че физическите възможности на децата от начална училищна възраст позволяват провеждането на системна целенасочена работа. Най-съществени изменения в развитието на двигателните качества на децата настъпват в тази училищна възраст и с този факт трябва да бъдат съобразени използваните средства, методи и форми на занимания по физическа възпитание. С цел повишаване ефективността на учебно-възпитателния процес, предлагаме модел - съчетаващ традиции и иновации в силовата подготовка на момичета от 3. клас. ЦЕЛ на изследването е силовата подготовка на момичета от 3. клас, разкриване динамиката и взаимозависимостите чрез прилагане на иновативен модел в организационен план и актуализиране на учебната програма.

КОНТИНГЕНТ на изследването са 83 момичета от основен етап (3. клас) от СОУ "В. Друмев" – гр. Варна, СОУ "Св. Св. Кирил и Методий" – Смядово, Основно училище „Христо Ботев“ – гр. Търговище, разпределени, както следва: момичета - експериментална група – 42 ученички; - контролна група – 41 ученички. Съдържание на модела - 40 учебни часа 20 в учебни часове в ядро "Спортни игри" и 20 в модул „Игри“ – в които се използват комбинации от предложените упражнения и игри в различните части на урока и допълнителния час.

Педагогическият експеримент доказва, че оптимизиране на силовата подготовка на момичетата от 3. клас може да постигне, чрез организационно и програмно усъвършенстване на урочната и модулна работа по физическо възпитание и спорт.

Проведеното изследване доказва ефективността на комплексния специализиран модел за усъвършенстване на силовата подготовка. Потвърждава се положителната промяна на шест от показателите при експерименталната група. Положителното въздействие е върху градиента на силата общо за целия организъм, а акцентирано се увеличава силата и силовата издръжливост на коремна мускулатура, взривна сила на основните мускулни групи на горни крайници.

*V.2. Симеонова, Т. Спортна активност и обучение по спорт в Шуменски университет и македонски университет в град Щип, с. 942 - 947, Годишник на ШУ "Еп. К. Преславски" том XIX D ПФ Шумен 2015, в съав. с Биляна Попеска ISSN 1314 - 6769*

Резюме

Настоящият доклад сравнява обучението по спорт и организацията на учебния процес в Шуменски университет „Епископ Константин Преславски“ и университет „Гоце Делчев“ от град Щип, република Македония. Обсъждат се спортните изяви на университетските отбори и състоянието на спортните клубове на двете висши училища. Извеждат се препоръки за подобряване на качеството на обучение и предстоящи съвместни изяви.

В заключение - контекста на програмите в часовете по „Спорт“ в Шуменски университет „Епископ Константин Преславски“ и по „Спорт и отдих“ в Университет „Гоце Делчев“ от град Щип, се създават реални условия за системни спортни занимания, при интегрално реализиране на формиращ и възпитателен ефект. В съответствие на съвременните научни постижения, принципи на обучение и европейски стандарти са разработени и внедрени нови учебни програми по предметите. В резултат на това постигаме по-добро физическо развитие, по-висока физическа дееспособност, по-богата двигателна култура и опит, подобряваме здравословното състояние на студентите и формираме трайна потребност от спортни занимания.

Сходните спортни отбори дават възможност на обмен на тренировъчни програми, методики на обучение, добри практики, съвместни спортни прояви, научно-изследователски изяви на студенти и преподаватели

*V.3. Симеонова, Т. Проучване проявите на дискриминация и насилие в училищния и клубен спорт, с. 1046 - 1052, Годишник на ШУ "Еп. К. Преславски" том XIX D ПФ Шумен 2015, в съав. с Г. Колев, Н. Йорданова, Ч. Стойчев, П. Кожухарова, П. Петков ISSN1314 - 6769*

Резюме

Настоящият доклад обобщава мненията на експерти от регионални инспекторати на Министерството на образованието в Североизточна България по физическо възпитание по отношение наблюдаваните прояви на дискриминация и възможностите за превенция на тези негативни явления. Обсъждат се политики, стратегии, планове и програми за превенция на насилието в масовия спорт в училище и спортни клубове. Извеждат се препоръки за взаимодействието между институциите при превенция и справяне с инциденти, свързани с дискриминацията.

Състоянието на проявите на насилие и дискриминация в масовия спорт в училище и в спортни клубове разкриваме с помощта на интервю, проведено с експерти по физическо възпитание и спорт към РИО на МОН от гр. Шумен, гр. Търговище, гр. Силистра и гр. Разград и експерт Дирекция Образование, младежки дейности и спорт към община Шумен.

Целта на интервюто е да бъде систематизирана информация, свързана с политики, стратегии, добри практики и проблемни аспекти на местно ниво, свързани с прояви на насилие и дискриминация в масовия спорт в училище и спортни клубове.

Обобщавайки мнението на интервюираните експерти се посочва необходимост да се квалифицират педагогическите специалисти и треньори, свързани с превенция на дискриминацията и насилието в масовия спорт в училище и спортни клубове. Да се разработват политики, стратегии и планове за превенция и система за превенция на насилие и дискриминация в масовия спорт. Да се апробират програми за превенция, за взаимодействие с родителите, за партньорство с институции и организации по проблеми, свързани с насилието и дискриминацията в спорта.

*V.4. Симеонова, Т. Мониторинг върху прилагането на принципа на равенство на половете и превенция на дискриминацията, с. 1053 - 1064, Годишник на ШУ "Еп. К. Преславски" том XIX D ПФ Шумен 2015, в съав. с Г. Колев, Н. Йорданова, Ч. Стойчев, П. Кожухарова, П. Петков ISSN1314 - 6769*

#### Резюме

Изследването е във връзка с работата по проект "Иновативни учебни ресурси за насърчаване на равно участие в масовия спорт и превенция на дискриминация, расизъм и насилие.

*V.5. Симеонова, Т., В. Колев, Популяризиране и развитие на ръгби спорта сред подрастващите във Варна, с. 728 - 732, Годишник на ШУ "Еп. К. Преславски" том XVIII D ПФ Шумен 2014 ISSN 1314-6769*

#### Резюме

Спорта при подрастващите в страната е в криза ,в следствие от неуспешния преход към пазарна икономика продължил изключително дълго и нехайството на държавата за спорта в училище. Резултата е свръх тегло и затлъстяване с голяма честота при децата и юношите в България. Целта на доклада е да разгледа изключително трудните опити на съвземането на спорта във гр. Варна в лицето на популярната в Европа и света игра ръгби.

В заключение се налагат изводите, че разновидностите на спорта ръгби не крият опасности от травми и са лесно достъпни за подрастващите. Благодарение на това те могат да бъдат включени в учебните програми на всички образователни степени и застъпени в допълнителните ядра и в модулното обучение.

Ръгби е игра, която развива комплексно физически, морални и психически качества. Подрастващите получават положителен емоционален заряд при участие в състезания и по време на тренировки.

Препоръчваме спорта ръгби да се популяризира сред подрастващи – ученици и студенти с цел да бъдат ангажирани в активни действия за подобряване на физическата дееспособност при овладяване на специфичните двигателни действия и умения.

*V.6. Симеонова, Т., Проучване мнението на ученици от IX клас относно обучението по хандбал, с.626-632, Годишник на ШУ "Еп. К. Преславски" том XVII ПФ Шумен 2013 в съавторство с Ч. Стойчев и М. Петева ISSN1314 - 6769*

Резюме

Отношението на учениците относно обучението по хандбал в девети клас – в ядро „Спортни игри“ и в модулното обучение е обобщено на базата на анкетно проучване.

Цел на нашето изложение е да разкрием отношението на ученици от IX клас към обучението по хандбал застъпено при заниманията в ядро „Спортни игри“ и в модулното

обучение. За постигане на целта си поставихме следните задачи:

1. Да разработим анкетна карта включваща въпроси за учебното съдържание на часовете по хандбал, разкриващи мнението на учениците от 9 клас.
2. Да обработим получената емпирична информация със съответните математико-статистически методи.
3. Въз основа и интерпретация на получените данни да синтезираме изводи и препоръки за практиката.

Данните необходими за нашето изследване събираме с помощта на анкета, съдържаща 12 въпроса. В изследването са използвани 93 ученика (IX а, б, в, г клас) от СОУ „Сава Доброплодни“ в гр. Шумен през учебната 2012/13 година.

По време на изследването се работеше по учебна програма, като в 20 часа спортни игри и 20 часа от модул спортни игри са отделени за хандбал - занимания в редовни часове и допълнителен час се прилагат упражнения и игри, разпределени в отделните части на урока.

Предложената програма осъществена в редовните и дорълнителния час по спортни игри засилва интереса на учениците от 9 клас към спорта хандбал. Положителното отношение на анкетираните личи от отговорите на въпросите зададени за обучението в хандбалната игра.

Обобщавайки мнението на респондентите обучението по хандбал в 9 клас дава очакваните резултати за постигането на стандартите по физическо възпитание и спорт и

реализирането на държавните образователни изисквания.

*V.7. Симеонова, Т., “Зависимост между признаците на физическа дееспособност, техническа подготвеност, психични качества и антиципация при ученици ix – xii клас в*



*часове по баскетбол“ Научна конференция с международно участие „Образователни технологии” (300 години от родението на Жан Жак Русо) 2012, публикуван в годишник на ШУ том XVI d ISSN 1314-6769 ISSN1314 - 6769*

#### Резюме

Подобрението на техниката на стрелбата в баскетбола, основано на способността на момчетата за антиципация е проследено след приложени модели на преобразуващ педагогически експеримент. За решаване целта и задачите на настоящото проучване обаче, е необходимо по-задълбочено вникване в структурата на физическата дееспособност, техническа подготвеност, психически качества и антиципационни прогнози при учениците, както и разкриване на най-важните взаимовръзки при всяка от изследваните зависимости.

Цел на нашето изложение е да разкрием корелационните зависимости между физическата, техническата и психическа подготвеност на ученици IX – XII клас използвайки тестове за физическа кондиция и координация, психически качества и стрелба от различни позиции широко застъпени при заниманията по баскетбол. Така ще реализираме изискванията на ДООИ за осъществяване на основно ядро – спортни игри и ще повишим ефективността на обучението.

Данните необходими за потвърждаване на хипотезата на нашето изследване събираме с помощта на 28 теста. В изследването са диагностицирани 172 ученика (IX – XII клас) от училища в гр. Шумен, гр. Търговище и гр. Смядово –разпределени в една контролна и две експериментални групи (една съставена от ученици от средни училища и една от професионални гимназии). Периодът на педагогическия експеримент обхваща учебните 2005/6, 2006/7, 2007/8, 2008/2009 години.

Наличието на по-голям брой статистически значими корелационни зависимости между показателите при експерименталните групи при момчета са потвърждение за по-удачната методика на обучение при опитните групи. По –комплексното развитие на физически, технически и психически качества при двете експериментални групи се потвърждава от броя на значещите корелации в сравнение с контролната група. Юношите в края на изследването показват най –много корелационни зависимости между техническа и психологическа подготовка, съответствие между точност и прогноза при всички видове стрелби.

При изследваните лица и от средни училища и от професионални гимназии най-значими корелационни връзки намираме при показателя – стрелба от наказателната линия това е потвърждение, че свободния удар зависи преди всичко от психическата устойчивост, качествата на вниманието и представата за протичане на времето.

*V.8. Симеонова, Т., Я. Банчева, П. Клечков, „Сравнителен анализ на физическа и техническа подготвеност по баскетбол на студенти от различни висши училища“ Научна конференция с международно участие „Образователни технологии” (300 години от родението на Жан Жак Русо) 2012, публикуван в годишник на ШУ том XVI d ISSN 1314-6769*

#### Резюме

Целта на изследването е да се разкрият техническите умения и физическа подготовка на студенти, участващи в занимания по физическо възпитание и спорт на три висши училища избрали за своите занимания спорта баскетбол. На тази база да се направи

сравнителен анализ за нивото на основните двигателни качества и техниката, които развива баскетболната игра. За реализиране на целта си поставихме следните задачи: проучване на литературни източници, диагностика и сравнителен анализ на получените резултати от изследването и извеждане на изводи и препоръки за практиката.

Изследването бе проведено с 88 студенти обучавани в Шуменски университет «Епископ Константин Преславски» (ШУ - 28 студента), Технически университет (ТУ - 31 момчета) - гр. Варна и Югозападен университет «Неофит Рилски» (ЮЗУ - 29) - гр. Благоевград, избрали спорт – баскетбол с хорариум 60 часа - изучаван в два семестъра. Тестовите с които се оценяват младежите в края на втория семестър са : тестове за физическа дееспособност са: Т1- 20 м спринт, Т2 - совалково бягане, Т3 - скок височина от място, Т4 - подаване и ловене на топката срещу стена, Т5 - придвижване в квадрат – 6X5 метра. Тестове за техническа подготовка са: Т6 - стрелба от близко разстояние, Т7 - стрелба в движение, Т8 - стрелба с отскок, Т9 - далечна стрелба, Т10 - стрелба от наказателната линия.

Резултатите от литературните публикации по проблематиката показват, че всички висши училища в страната целят подобряване на здравето и физическото развитие на студентите предлагайки им практикуване и усъвършенстване на определен по избор вид спорт.

Сравнителният анализ разкри, че по отношение на физическата подготовка при тестовите съдържащи елементи от баскетболната игра студентите от Шуменския университет, Технически университет – гр. Варна и Югозападния университет показват както сходни резултати (бързина, издръжливост, ловкост) така и различни възможности по отношение на отскокливост.

Техническата подготвеност при трите университета се отличава със сходни резултати – добре усвоена стрелба от близко разстояние, хомогенност по отношение на стрелбата в движение, слаби постижения по отношение на трудните стрелби - с отскок и от далечно разстояние.

Препоръчваме съдържанието на програмите по дисциплината физическо възпитание и спорт да се актуализират на основата на системни научни изследвания. На базата на получените експериментални резултати да се изработи нормативна скала за оценка както на физическата дееспособност по вида спорт, така и за оценяване техническите умения на студентите.

## **VI. СТАТИИ В СБОРНИЦИ ОТ КОНФЕРЕНЦИИ**

*VI.1. Симеонова, Т, Диагностика на агресивността при състезатели на баскетболен клуб "Шумен", „Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта" , Университетско издателство "Св. Климент Охридски" ISSN 1314-2275, с. 267*

### **Резюме**

Човек прекарва по-голяма част от живота си в различни малки групи с техните вътрешногрупови връзки, отношения, субординации, очаквания и социални роли, предписани на всеки техен член. Взаимодействията на личността в обществото се

осъществяват чрез малките групи в които участва. Те са не само проводник на влиянието на социалните институции и на големите групи върху психиката на отделния човек, но и важна област от неговия живот, в който той се реализира като обществено същество. Това кара социалните психолози отдавна и много интензивно да проучват различни проблеми свързани с малките групи.

Използвайки диагностична процедура с въпросникът на Бъс-Дюрки ще диференцираме проявите на агресия и враждебност на състезатели от спортен отбор. С помощта на теста на Бъс-Дюрки представляващ надежден метод за психосоциална диагностика установяваме агресивността на състезателите. Състои се от 75 въпроса, позволяващи диференцирането на 8 скали: телесна агресия /ТА-10 айтема/; вербална агресия /ВА – 13 айтема/; индиректна агресия /ИА – 9 айтема/; опозиционно поведение /ОП – 5 айтема/; агресивна раздражителност /АР – 11 айтема/; агресивно недоверие /АН – 10 айтема/; ревност и омраза /РО – 8 айтема/; вина след агресия /ВСА – 9 айтема/.

Данните от изследването и неговия анализ показват, че всички типове агресия и при двата пола от второто измерване са с по-ниски стойности. В тренировките и състезанията играчите непрекъснато взаимодействат и сравняват двигателните си възможности, анализират себе си и другите. Това ги подтиква да се съревновават, доказват и самоусъвършенстват. Заниманията по време на една състезателна година косвено допринасят за формиране на уважение и самоуважение в следствие на разкриване на вътрешни резерви на човешката природа. Часовете прекарани в залата по време на тренировъчния процес имат силен възпитателен ефект, а състезанията дават неотразим емоционален заряд, които оказва благотворно влияние върху психиката на състезателите от мъжко и женско направление на баскетболен клуб „Шумен“. Със своя динамичен характер и постоянно променящи се игрови ситуации, изискващи ориентиране и бърза двигателна реакция, творческо извършване и организиране на индивидуални и колективни действия заниманията с баскетбол повишават личностното самочувствие на играчите и противодействие при агресивно поведение.

Препоръчваме треньорите да използват средства и модели за намалението на всички форми на агресия, за общата цел и общите задачи играчите да превръщат спортния отбор в колективен субект на спортната дейност.

*VI.2. Симеонова, Т., Сравнителен анализ на психически качества на момичета и момчета от 9. клас в заниманията по баскетбол, София 2014, „Личност, Мотивация, Спорт”, том 19, с. 109-115, Издателство НСА ПРЕС, в съавторство с Р. Алексиев и Я. Янков ISBN 978-954-718-397-1*

Резюме

За баскетболната игра освен физически качества, технически умения е необходима и психическа готовност - да се предвидят резултатите от движенията, решенията на партньора или противника, предугаждане на спортните действия или ситуации с цел да се реагира по печеливш начин. Това мислено изпреварване /предвиждане/ на бъдещи

събития и действия, в спортната психология се нарича антиципация. Това определя голямото значение на развитието на способността за прогнозиране у учениците.

Моделът за обучение в 9 клас включва прилагане на специализирани упражнения при заучаване и затвърждаване на техниката на видове стрелба в баскетбола, антиципация при изпълнението им, преимуществено използване на учебни игри с приоритет на дадения вид стрелба и прогнозиране на изхода от нея.

Цел на нашето изложение е да направим сравнение в психическите качества и възможността да прогнозират изхода от стрелбата при момичета и момчета от 9 клас използвайки модел за усъвършенстване на техниката на основата на способността на учениците за антиципация приложен в заниманията по баскетбол - ядро Спортни игри и модулно обучение . В изследването са участвали 37 момичета и 41 момчета (9 клас) от училища в гр. Шумен, гр. Търговище и гр. Смядово . В началото и в края на учебната година са диагностицирани с помощта на 10 теста.

Приложеният модел за усъвършенстване техниката на стрелбата в баскетбола дава отражение върху качествата на вниманието и представата за протичане на времето. И при момчетата и при момчетата от 9 клас се забелязва намаление на коефициентите на вариация при всички тестове и приблизителната еднородност на резултатите и при двете групи.

До заключението, че антиципацията е един психологически фактор който включва убеденост, че стрелбата е необходима, и самоувереност, че ще бъде сполучлива с висока гаранционна вероятност потвърждаваме с настъпилите разлики в края на експеримента за прогнозите при близка стрелба, стрелба в движение, далечна стрелба и стрелба от наказателната линия. От приложените модели за усъвършенстване техниката на стрелбата единствено не се повлияват прогнозите при стрелбата с отскок за групата на момчетата.

*VI.3. Симеонова, Т., Корелационни зависимости между показателите за физическа , техническа и психическа подготовка в баскетбола при момичета 9 – 12 клас в съавторство с Р.Алексиев и М. Петева, София 2013, „Личност, Мотивация, Спорт”, том 18, с. 184-189, Издателство НСА ППЕС ISBN 978-954-718-1*

Резюме

Техническото обучение и възприемане е едновременно и техническо учене и прилагане. Необходимо е в зависимост от възрастта и възможностите на обучаваните, учебните задачи трябва да бъдат така задавани, че възприемането на игровата ситуация да е възможно най–правилно. Един от начините за повишаване ефективността на учебния процес по физическо възпитание и спорт е целесъобразния избор на средства и

възможност за комбинирано прилагане на специфичните познания и опит във вид на овладян модел на техниката.

Според нас спортната игра – баскетбол е най-естествения и рационален начин за предизвикване у учениците на траен интерес към физическото възпитание и спорта, в резултат, на което те биха водили по-активен и здравословен начин на живот. Преобразуваният педагогически експеримент целящ подобрието на техниката на стрелбата в баскетбола, основан на способността на момичетата за антиципация съдържа модели за обучение от 9 до 12 клас. За решаване целта и задачите на настоящото проучване обаче, е необходимо по-задълбочено вникване в структурата на физическата дееспособност, техническа подготвеност, психически качества и антиципационни прогнози при ученичките, както и разкриване на най-важните взаимовръзки при всяка от изследваните зависимости.

Цел на нашето изложение е да разкрием корелационните зависимости между физическата, техническата и психическа подготвеност на девойки 9 - 12 клас използвайки тестове за физическа кондиция и координация, психически качества и стрелба от различни позиции широко застъпени при заниманията по баскетбол. Така ще реализираме изискванията на ДООИ за осъществяване на основно ядро – спортни игри и ще повишим ефективността на обучението. Данните необходими за потвърждаване на хипотезата на нашето изследване събираме с помощта на 28 теста. В изследването са участвали 171 момичета (9 – 12 клас) от училища в гр. Шумен, гр. Търговище и гр. Смядово –разпределени в една контролна и две експериментални групи (една съставена от ученички от средни училища и една от професионални гимназии). Периодът на педагогическия експеримент обхваща учебните 2005/6, 2006/7, 2007/8, 2008/2009 години.

Комплексното развитие на физически, технически и психически качества при двете експериментални групи се потвърждава от броя на значещите корелации в сравнение с контролната група. Наличието на по-голям брой статистически значими корелационни зависимости между показателите при експерименталните групи при момичетата са потвърждение за по-удачната методика на обучение при опитните групи. Най-много са корелационните зависимости между техническа и психологическа подготовка, съответствие между точност и прогноза при всички видове стрелби в края на експеримента при ученичките от 9 -12 клас.

При изследваните девойки и от средни училища и от професионални гимназии най-значими корелационни връзки намираме при показателя – стрелба от наказателната линия. Това е потвърждение, че свободния удар зависи преди всичко от психическата стойчивост, качествата на вниманието и прогнозата за изхода от свободната стрелба в баскетбола, което рефлектира и повишава процента на успешно изпълнените опити.

*VI.4. Симеонова, Т., М. Петева, Д. Обрешков "Качествата на вниманието на ученици от 9 клас в часовете по хандбал" Международна научна конференция по спорт „Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта" СУ "Св. Климент*

## Резюме

Очакваните резултати от обучението в ядро“Спортни игри“ в 9 клас са учениците да владеят ефективна техника в една от спортните игри, да прилагат рационални тактически действия и взаимодействия в отборната игра.

Учебното съдържание по хандбал включва стрелба с отскок на височина, удар с приземяване, залъгващи движения(финтове), заслон и блокиране. От тактическите умения са застъпени отборни действия в нападение(различни системи)и отборни защитни действия(комбинирана и лична защита)

ЦЕЛ на изследването е с прилагането на иновативни спортноподготвителни упражнения и игри застъпени при заниманията по хандбал да се проследи развитието на компонентите на вниманието – съсредоточеност, интензивност, устойчивост и продуктивност.

За постигане на целта си поставихме следните задачи:

1. Да разработим учебно разпределение за часовете по хандбал, включващо упражнения и игри на базата на концентрация и антиципация на учениците.
2. Да изследваме с помощта на Коректурна проба ученици от 9 клас с този психологически тест се изследват основните качества на вниманието – съсредоточеност, интензивност, устойчивост и продуктивн

Данните необходими за нашето изследване събираме след диагностициране на 93 ученика( 9 а, б, в, г клас) от СОУ „Сава Доброплодни“ в гр. Шумен, през учебната 2012/13г. Експерименталната работа проведохме с прилагане на модели за психофическа и техническа подготовка. Контролните групи спазваха програмните изисквания за съответния клас, за обучението в основното ядро – спортни игри — спорт хандбал и реализация в третия учебен час. По време на изследването се работеше по учебна програма, като в 20 часа спортни игри и 20 часа от модул спортни игри са отделени за хандбал - занимания в редовни часове и допълнителен час се прилагат упражнения и игри, разпределени в отделните части на урока.

Интересът на учениците от 9 клас към хандбалната игра се засилва след приложените от нас модели за усъвършенстване на концентрацията и антиципацията в редовните и допълнителния час по спортни игри.

Спортно-подготвителните упражнения и игри влияят комплексно върху качествата на вниманието на учениците и подобряват психическата подготовка при обучението по хандбал.

Обобщавайки всичко казано заключаваме, че приложените модели при обучението по хандбал в 9 клас дават очакваните резултати за постигането на стандартите по физическо възпитание.

**VI.5.** Симеонова, Т., Я. Банчева, *Модел Баскетбол за физическа дееспособност на ученички IX – XII клас, Варна 2012 ИУ МНК „Съвременни методи и технологии в научните изследвания“ ISBN 978-630-2 с. 413-419954-21-0*

Резюме

Цел на нашето изследване е да разкрием динамиката на физическата дееспособност на ученички IX – XII клас, използвайки тестове за физическа кондиция и координация с включени действия широко застъпени при заниманията по баскетбол ще реализираме изискванията на ДООИ за осъществяване на основно ядро – спортни игри и ще повишим ефективността на обучението.

Периодът на педагогическия експеримент обхваща учебните 2005/6, 2006/7, 2007/8, 2008/2009 години. В изследването са включени 171 момичета (IX – XII клас) от училища в гр. Шумен, гр. Търговище и гр. Смядово – разпределени в една контролна и две експериментални групи (СОУ и ПГ). За събиране на данни момчетата бяха подложени на следните тестове: 20м. Совалково бягане, Хвърляне на плътна топка от седеж, Скок височина от място, Подаване и ловене на топката срещу стена, Придвижване в квадрат – 6X5 метра.

В края на наблюдавания период двете експериментални групи показват значително подобрене в сравнение с контролната по всички показатели за физическа дееспособност. Това е доказателство за сполучливия избор на методи и средства и тяхната комбинация в приложния модел.

**VI.6.** Симеонова, Т., *Модел за оценяване на ядро „Спортни игри“ – Баскетбол – XII клас в съавторство с Р.Алексиев, Русе 2012 Научни трудове РУ „А. Кънчев“ISSN 1311-3321 с. 91-94*

Резюме

Литературният обзор и теоретичен анализ разкри, че относно обучението по спортни игри съществуват множество публикации, третиращи различни проблеми. Не откриваме научна информация за ролята на антиципацията и нейната ефективност като средство и метод за обучението и усъвършенстването на баскетбола в IX – XII клас.

Реализирането на моделите и методиката за усъвършенстване на техниката на стрелба в баскетбола на основата на способността за антиципация осъществихме с 343 ученика (171 момичета и 172 момчета) от гимназиалния етап (9-12 клас) от СОУ ”С. Доброплодни” – Шумен, СОУ “Св. Св. Кирил и Методий” – Смядово, ПГОХХТ “Проф. д-р А. Златаров” – Шумен, ПГСА – Шумен и ПГЗ – Търговище.

На базата на апробираните в практиката модели с прилагане на специализирани упражнения при заучаване и затвърждаване на техниката на стрелба в баскетбола на основата на антиципация предлагаме модел за контрол и оценка на физическата и техническата готовност на ученици от XII клас. За изпълнението за нуждите на училищното физическо възпитание и с цел оптимизиране на учебната програма по баскетбол, на базата на направените изследвания по време на педагогически

експеримент са разработени таблици, карти и дневници, които позволяват да се оценява физическата

дееспособност и техническа подготовка на учениците. Таблиците са разработени за XII клас за двата пола. Използваната точкова система позволява да се сравняват постиженията по различно оразмерени тестове и показатели (измервани в секунди, метри, пъти и т.н.). В таблиците при резултатите от тестовете който използваме получените стойности се оценяват от 0 до 5 точки подобно на системата за оценяване в училище.

Предложените точкови скали за техническата подготовка също се оценяват с 0 до 5 точки. Това съвпада с изискванията за оценяване на избран спорт от учениците, който носи 15 точки. Точките който се дават за активност предлагаме да бъдат по избор от учениците на един от психологическите тестове за способността на учениците за антиципация.

*VI.7. Симеонова, Т., Изследване вариативността на качествата на вниманието при ученички IX – XII клас в часовете по баскетбол, София 2012, „Личност, Мотивация, Спорт”, том 17, с. 170-174, Издателство НСА ППЕС ISBN 978-954-718-344-5*

Резюме

Характерна особеност на баскетбола в основна образователна степен – гимназиален етап IX – XII клас е, че, като спортна игра предоставя богати възможности за комплексно психо-моторно развитие и усъвършенстване на учениците. На основата на способността на момичетата за антиципация са създадени модели за усъвършенстване на техниката на стрелба в баскетбола.

След апробация на моделите в училище разглеждаме вариативността на качествата на вниманието - съсредоточеност, интензивност, устойчивост, продуктивност и възприятието за протичане на време.

Изследването има за цел създаването на модели за усъвършенстване на техниката и точността на стрелбата в баскетбола, на основата на способността за антиципация на момичетата от IX – XII клас. 171 момичета от професионални гимназии/ПГ/ и среднообщообразователни училища /СОУ/ от градовете Шумен, Търговище и Смядово бяха разпределени в една контролна /58 девойки/ и две експериментални групи /Е1- 62 момичета от СОУ/ и /Е2- 51 момичета от ПГ/. В началото и края на експеримента ученичките бяха подложени на следните тестове: коректурна проба – психологически тест с който се изследват съсредоточеност  $K_c$ , интензивност  $V$ , устойчивост  $K_y$  и продуктивност -  $A$  на вниманието и тест за възприятие за протичане на време -  $t$ . Периода на експеримента обхваща учебните 2005/6, 2006/7, 2007/8, 2008/2009 години.

Данните от изследването потвърдиха, че успешното предвиждане резултата от двигателното действие води до усъвършенстване на съсредоточеността, устойчивостта, интензивността и продуктивността на вниманието. Желаното осредняване на



възможностите на момчетата в резултат на приложените упражнения е факт и с превъзходство в двете експериментални групи.

## **VII. СТАТИИ ОТ СЕМИНАРИ**

*VII.1. Симеонова, Т. ПРОБЛЕМИ, ТРАДИЦИИ И ИНОВАЦИИ ПРИ СИЛОВАТА ПОДГОТОВКА НА УЧЕНИЦИ ОТ 3. КЛАС, Пътуващ семинар 2016 издателство Фабер ISBN: 978-619-00-0477-6 с. 371-377*

### **Резюме**

Естествена последица от намаленото физическо натоварване е снижаване нивото на функционалното състояние и физическата дееспособност на учениците. Особено очебийно е намаляването на количествените показатели на отделните страни на физическата дееспособност. Такъв е случаят с влошаването на голяма част от силовите и скоростно-силовите показатели, поради което на преден план се поставя задачата за намиране на подходящи форми, средства и методи за тяхното подобряване, контрол и управление.

ПРЕДМЕТ на изследването са силовите характеристики на различните двигателни действия за разкриване на факторите експлозивна сила, динамична сила и статична сила.

ОБЕКТ е динамиката на развитие на двигателното качество сила на ученици от трети клас, като резултат от промяна на условията, средствата и частично методите в урочната работа и модулното обучение по физическо възпитание и спорт.

КОНТИНГЕНТ на изследването са 108 ученика от основен етап (3. клас) от СОУ "В. Друмев" – гр.Варна, СОУ "Св. Св. Кирил и Методий" – Смядово, Основно училище „Христо Ботев“ – гр. Търговище, разпределени, както следва: **момчета**: - експериментална група – 52 ученика; - контролна група – 56 ученика.

Анализът и обобщението на литературните ресурси доказва, че все още проблемът за силовата подготовка на учениците от 3. клас не се разбира достатъчно ясно. Подходът за решаване на задачите в тази област се опростява. Това се дължи на недостатъчното разграничаване на силовите компоненти. Може да се приложат и традиционни и иновативни упражнения, които да рефлектират върху крайния качествен резултат от педагогическия процес.

Резултатите от експеримента потвърдиха предположението, че оптимизиране на силовата подготовка на учениците от 3. клас може да постигне, чрез организационно и програмно усъвършенстване на урочната и модулна работа по физическо възпитание и спорт.

Проведеният спортно – педагогически експеримент доказва ефективността на комплексния специализиран модел за усъвършенстване на силовата подготовка. Положителното въздействие е върху градиента на силата общо за целия организъм, а акцентирано се увеличава силата и силовата издръжливост на коремна мускулатура, взривна сила на основните мускулни групи на горни крайници.

*VII.2. Симеонова, Т. СТЕПЕН НА ТРЕВОЖНОСТ ПРИ СЪСТЕЗАТЕЛИ НА БК „ШУМЕН“, пътуващ семинар ПФ, 2015, издателство Фабер  
ISBN: 978-619-00-0265-9 с.377-381*

Резюме

Повишеният интерес при състезания може да предизвика у състезателите както физически, така и ментални реакции, които да се отразят негативно на спортните резултати. Целта на проучването е с помощта на тест да установим степента на тревожност при състезатели от различни възрасти и полове на баскетболен клуб „Шумен“. На базата на получените резултати да се препоръчат мерки за преодоляването на така наречената спортносъстезателна треска.

С помощта на тест за спортносъстезателна треска, които съдържа 15 твърдения, на които

трябва да се отговори „рядко“, „понякога“, „често“, ако състезателите имат такова усещане са изследвани състезатели от баскетболен клуб „Шумен“ от възрастите мъже, юноши, кадети от мъжкото направление и девойки и кадетки от женските представителни отбори. Точките за всеки от отговорите се сумирани за да се получи крайната оценка от теста. Според резултатите под 17 точки наблюдаваме ниска степен на тревожност, от 17 до 24 точки – средна и над 24 точки имаме висока тревожност. За всяка една от възрастите сме получили средна оценка, а за по-добро онагледяване степента на тревожност е преобразувана в проценти.

От направеното проучване установяваме, че с възрастта и по-големия състезателен опит

расте равнището на самоувереност на играчите от баскетболен клуб „Шумен“ и при мъжко и женско направление. Препоръчваме утвърдилият се през последните години комплексен подход за възстановяване от тревожността, насочен към целия спектър от фактори, допринасящ за нея. Това са физическото равнище, емоционалното, поведенческото, умственото, междуличностното, самооценка, екзистенциално-духовното.

Стратегиите за справяне включват дихателни упражнения, прогресивна мускулна релаксация, медитация, разговор с друг човек, отвличане на вниманието, повтаряне на положителни твърдения, психотренинг, предварително проучване на противника, за преодоляване на страха от двубоя и т.н.

**VII.3.** Симеонова, Т. *Състояние и перспективи на детско-юношеския спорт в община Шумен, сборник научни трудове от пътуващ семинар, ПФ, ШУ "Еп. К. Преславски", с.404 в съавторство с Я.Янков и И. Стойчев 2014 издателство Фабер*  
*ISBN: 978-619-00-0092-1 с. 404-411*

Публикацията разглежда състоянието на ДЮС в община Шумен. Детско-юношеският спорт се намира в криза и се сблъсква с множество проблеми и перипетии, които се дължат както на неблагоприятната икономическа обстановка, така и на недостатъчно оптималната организация и контрол от страна на държавните структури.

Решаването на проблемите свързани с детско-юношеския спорт налага комплексни мерки, които трябва да бъдат взети от държавата, в лицето на нейните органи и институции.

Основна насока и работа в посока развитие на детско-юношеския спорт е както организиране и популяризирането му, така и подобряване на качеството на учебно-тренировъчния и възпитателен процес.

Необходимо е да бъде изградена една съвременна система за физическо възпитание и спорт, която адекватно да отговори на все по-нарастващите потребности на децата и учениците от двигателни дейности, здравословен начин на живот и изяви в областта на спорта.

Въпреки множеството проблеми и перипетии, трудната икономическата обстановка и др., в страната и на територията на Община Шумен съществуват клубове, които осъществяват успешна тренировъчна и спортно-състезателна дейност.

**VII.4.** Симеонова, Т., М. Петева, М. Петкова *"Физическа дееспособност на ученици от 9 клас в зависимост от спортно-подготвителните упражнения и игри в хандбала"*  
*пътуващ семинар, ПФ, Шумен, 2013 издателство Фабер*  
*ISBN: 978-954-400-925-0 с.309-314*

Резюме

Хандбалната игра трябва да се разглежда като сложна(динамична) система със своя определена цел и извънредно стохастичен(вероятностен) характер на съставлящите я елементи. Хандбалът е игра, която се отличава с подчертан съревнователен елемент и висока емоционалност. Тя въздейства комплексно върху основните двигателни качества – сила , бързина, издръжливост,гъвкавост и ловкост. Съвременното виждане за играта изисква високо равнище на физическа подготовка, брилянтна техника с и без топка и задълбочено тактическо обучение съобразно индивидуалните особености на играчите.

Цел на нашето изложение е да разкрием физическата дееспособност на ученици от IX клас, в резултат на прилагането на иновативни спортноподготвителни упражнения и игри застъпени при заниманията по хандбал, използвайки тестове за физическа кондиция и координация. Така ще реализираме изискванията на ДОО за осъществяване на основно ядро – спортни игри и ще повишим ефективността на обучението.

За постигане на целта си поставихме следните задачи:

1. Да разработим учебно разпределение за часовете по хандбал, включващо упражнения и игри на базата на концентрация и антиципация на учениците.
2. Да изследваме физическата дееспособност с помощта на шест теста за физическа кондиция и координация.

Данните необходими за нашето изследване събираме с помощта на 6 теста. В изследването са диагностицирани 93 ученика(IXа, б, в, г клас) от СОУ „Сава Доброплодни“ в гр. Шумен.

Предложената програма съставена от упражнения и игри използвайки концентрацията и антиципацията на учениците в часовете по хандбал дава положителни резултати по отношение на физическата дееспособност и засилва мотивацията им за занимания със този спорт.

Разглеждайки значимостта на получените разлики между средните стойности за момчетата и момчетата ще стигнем до извода – с голяма доверителна вероятност промените при тестовете ловкост и пъргавина са в резултат на приложените от нас иновативни средства в хандбалната игра.

Апробирания от нас подход се препоръчва да се прилага в модулното обучение и в извънкласните занимания и тренировки по хандбал , за подобряване на физическата кондиция и координация на учениците.

*VII.5. Симеонова, Т., Модел баскетбол и качествата на вниманието при ученици IX - XII клас, Научно- приложни аспекти на физическото възпитание и спорта, Велико Търново 2012 с. 63- 67 издателство Фабер  
ISBN: 978-954-400-636-5*

Резюме

На способността на учениците за антиципация и прогнозиране на резултатите от своите действия са разработени модели за усъвършенстване на техниката на стрелба в баскетбола. Използвайки спортната игра в гимназиален етап IX – XII клас се решават комплексно задачите от физическата, технико-тактическа и психомобилизационната подготовка.

След апробация на упражненията в училище разглеждаме вариативността на качествата на вниманието - съсредоточеност, интензивност, устойчивост , продуктивност и възприятието за протичане на време.

В експеримента участваха 172 ученика(IX – XII клас) от училища в гр. Шумен, гр. Търговище и гр. Смядово –разпределени в една контролна и две експериментални групи (СОУ и ПГ). Периода на изследването обхваща учебните 2005/6, 2006/7, 2007/8, 2008/2009 години. За събиране на данни момчетата бяха подложени на следните тестове: коректурна проба – психологически тест с който се изследват съсредоточеност  $K_c$ , интензивност  $V$ , устойчивост  $K_y$  и продуктивност -  $A$  на вниманието и тест за

възприятие за протичане на време -  $t$ , проведени в началото и края на прилагането на моделите.

Апробирането на модели на основата на способността на момчетата от IX – XII клас за антиципация рефлектира върху качествата на вниманието и представата за протичане на времето.

Усъвършенстване на стрелбата в баскетбола и успешното предвиждане резултата от двигателното действие води до подобряване на съсредоточеността, устойчивостта, интензивността и продуктивността на вниманието. Желаното осредняване на възможностите на момчетата в резултат на приложените упражнения и игри е факт и с превъзходство в двете експериментални групи.

Моделите могат да се адаптират и прилагат и в извънкласни форми и школи по баскетбол.

***VII. 6.** Симеонова, Т., Динамика на физическа дееспособност на ученици IX – XII клас, занимаващи се с баскетбол, Сборник научни трудове, ШУ, ПФ, 2012 издателство Фабер ISBN: 978-954-400-755-3 с. 315-320*

Резюме

Разработените модели за усъвършенстване на техниката на стрелба в баскетбола на способността на учениците за антиципация повишават резултатите от техническата, тактическа и физическа дееспособност.

Цел на нашето изследване е да разкрием динамиката на физическата дееспособност на ученици IX – XII клас, използвайки тестове за физическа кондиция и координация с включени действия широко застъпени при заниманията по баскетбол ще реализираме изискванията на ДОИ за осъществяване на основно ядро – спортни игри и ще повишим ефективността на обучението.

Периодът на педагогическия експеримент обхваща учебните 2005/6, 2006/7, 2007/8, 2008/2009 години. В изследването участваха 172 ученика (IX – XII клас) от училища в гр. Шумен, гр. Търговище и гр. Смядово – разпределени в една контролна и две експериментални групи (СОУ и ПГ). За събиране на данни момчетата бяха подложени на следните тестове: 20м. Совалково бягане, Хвърляне на плътна топка от седеж, Скок височина от място, Подаване и ловене на топката срещу стена, Придвижване в квадрат – 6X5 метра.

С висока гаранционна вероятност може да се твърди, че през времето на педагогическия експеримент при момчетата от експерименталните групи е настъпило значимо повишаване нивото на всички изследвани признаци на физическа и техническа подготвеност. Най – значими са промените по отношение на нивото на издръжливост, отскокливост и ловкост. Това наше мнение се дължи не само на физическото развитие на учениците, но и на педагогическия процес на обучение с приложената методика и модели по баскетбол. За същото време прираст наблюдаваме и при контролната група,

особено по отношение на сила на долните крайници при отскок. Промените настъпили по отношение на издръжливост, сила и ловкост са незначими.

Апробирането на модели на основата на способността на момчетата от IX – XII клас за антиципация рефлектира върху физическата дееспособност и техническа подготвеност. Недвусмислено е доказателството, че в края на наблюдавания период двете опитни групи значимо превъзхождат контролната по нивото на развитие на всички признаци. Това е доказателство за сполучлив избор на средства, методи и тяхната комбинация отразени в предложената нова учебна програма.

За постигане целите на ДОИ за ядро спортни игри – баскетбол в часовете по спорт в голяма степен се развиват и усъвършенстват всички двигателни качества на учениците. Измерването на физическата дееспособност с тестове, съдържайки упражнения близки до елементите на баскетболната игра водят до повишаване на ефективността от двигателното обучение.

12. 10. 2016 г.  
гр. Шумен

Подпис .....  
( Теодора Симеонова)