

СПЕЦИАЛИЗИРАН НАУЧЕН СЪВЕТ ПО ТЕОРИЯ
И МЕТОДИКА НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ
И СПОРТНАТА ТРЕНИРОВКА
(ВКЛ. МЕТОДИКА НА ЛЕЧЕБНАТА ФИЗКУЛТУРА)
ПРИ ВАК

Добромир Петров Друмев

**МЕТОДИКА ЗА ПСИХОПЕДАГОГИЧЕСКИ
ВЪЗДЕЙСТВИЯ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
В ОБУЧЕНИЕТО ПО АЙКИДО**

АВТОРЕФЕРАТ

София, 2001

Дисертационният труд съдържа 180 машинописни страници и е структуриран в четири глави. Включва 31 таблици, 24 фигури и 2 приложения. Библиографията е от 169 заглавия - 149 на кирилица и 20 на латиница. Резултатите от всички теоретични и практически изследвания са публикувани в специализирани научни издания.

Защитата на дисертационния труд ще се състои на 2001 г. от часа в зала на НСА, Студентски град, на заседание на Специализирания научен съвет по теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. методика на лечебната физкултура) при ВАК.

СПЕЦИАЛИЗИРАН НАУЧЕН СЪВЕТ ПО ТЕОРИЯ
И МЕТОДИКА НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ
И СПОРТНАТА ТРЕНИРОВКА
(ВКЛ. МЕТОДИКА НА ЛЕЧЕБНАТА ФИЗКУЛТУРА)
ПРИ ВАК

НАЦИОНАЛНА СПОРТНА АКАДЕМИЯ
"Васил Левски"
Катедра Психология и педагогика

Добромир Петров Друмев

МЕТОДИКА ЗА ПСИХОПЕДАГОГИЧЕСКИ
ВЪЗДЕЙСТВИЯ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
ВОБУЧЕНИЕТО ПО АЙКИДО

АВТОРЕФЕРАТ

на дисертационен труд за присъждане
на научно-образователната степен
"доктор" - 050705

НАУЧЕН РЪКОВОДИТЕЛ
проф. Никола Попов, д.п.н.

ОФИЦИАЛНИ РЕЦЕНЗЕНТИ
проф. Райко Петров
доц. Ангел Божичков, доктор

София, 2001

Дисертационният труд е обсъден, апробиран и насочен за защита от катедра Психология и педагогика към Националната спортна академия.

НСА - Издателско-печатна база
Поръчка 55 Тираж 70

УВЪД

Айкидо е вид японско бойно изкуство. То е път да се съсредоточи жизнената сила и отличен метод да се усъвършенства личността на всеки човек.

Обучението в айкидо изисква учител с дългогодишен педагогически опит и умения. Истинският учител, майстор и специалист в съвременното разбиране на това понятие, е брънка от веригата на приемствеността между поколенията, на Духа и принципите на айкидо. Тази приемственост от учител към неговия личен ученик, според източната традиция по бойни изкуства, се осъществява по емпиричен път. Учителят наблюдава своите ученици, поставя им разнообразни задачи, отсява най-добрите от тях (един или двама) за свои приемници. Учениците, от своя страна, целенасочено усвояват всеки жест, движение, усмивка и т. н. на своя учител, за да станат един ден негови последователи. Това е традиционният, силно консервативен път на развитието и приемствеността.

В България няма школи с подробна дългогодишна традиция, макар че общуването учител - ученик се осъществява на същите принципи, но без императивния авторитет на Учителя от източната система. От друга страна, етнокултурните дадености на нашия народ са различни от тези на азиатските народи. Това налага необходимостта българските треньори и помощник-треньори, като използват съществуващия богат опит на източните учители, да го адаптират към нашите условия чрез аналитичните методи на съвременната психология и педагогика.

Трудът на треньора по съдържание е психологически, докато по външната си форма е педагогически. Професионалните знания, умения и навики определят специфичните характеристики на треньорската личност, необходими за ефективното провеждане на учебно-тренировъчния процес. Истинският учител само така може да бъде адекватен към духа на айкидо.

Наложително е да се създаде методика за подготовка на помощник-треньорите, която да повишава педагогическото им майсторство и по този начин - ефективността на цялостния тренировъчен процес по айкидо.

Научни изследвания по посочения актуален проблем няма. Той е особено значим за треньорските кадри на Българска айкидо асоциация, тъй като професионализмът днес е преди всичко компетентност и чувство за отговорност. Личният, непосредствен опит

на автора и дълбокият ценностен смисъл на проблема определят целенасочените му усилия за изследване, проучване и разгръщане на професионално-личностната характеристика на трениорите по айкидо като база изработване на модел на техните личности.

Това би допринесло да се подобри цялостната система за обучение и общуване в педагогическата работа на трениорите по бойното изкуство айкидо, както и да се повиши ефективността на тренировките.

ПОСТАНОВКА НА ПРОБЛЕМА

ПОЯВА И РАЗВИТИЕ НА БОЙНОТО ИЗКУСТВО АЙКИДО

Развитието на бойните изкуства в Япония преминава през три етапа (Р. Хаберзетце, 1976): бу-джуцу ("бу" - всичко, което се отнася до войните, а "джуцу" - умение); бу-гей ("гей" - метод за усъвършенстване); бу-до ("до" - път за усъвършенстване на личността).

Японските бойни изкуства са извънредно многобройни. Най-разпространени извън пределите на Япония са джу-джуцу, джудо, карате, кендо и айкидо. Както векове преди джудо е съществувало джу-джуцу, така и векове преди айкидо се говори за айки-джуцу. Пътят ("до") е крайната цел на древните техники джуцу.

Съществуват различни хипотези и мнения за произхода на бойното изкуство айкидо. Много от тях са тенденциозни с една или друга насоченост и съществуват поради малкото исторически документи.

Майстор Уешиба определя 1925 година за крайна точка в своето неудовлетворено търсене на по-дълбокото значение на бойните изкуства. Това е зората на нови измерения, които той почъсно изследва и доразвива. Именно през тази година той успява да съчетае и обедини висшата човешка етика с практиката и приложението на бойните изкуства. Уешиба развива тази практика в специфично, истинско отбранително изкуство в съответствие с най-високите изисквания на тогавашната епоха.

От краткия преглед на историята на айкидо, могат да се изведат следните постановки:

- Айкидо е съвременно бойно изкуство, но неговите корени са в една от най-древните философски и технически разработени системи на японската военна аристокрация - айки-джуцу.

- Приносът на Уешиба е, че превръща тази система от бойни умения (джуцу) в път да се усъвършенства личността на човека (до) и да се интегрира със законите на Вселената.

ПОЯВА И РАЗВИТИЕ НА АЙКИДО В БЪЛГАРИЯ

През периода 1962 - 1963 г. Стефан Хинков е първият, който се запознава с айкидо при контактите си с г-н Рики Хироаки Когуре. Още тогава Ст. Хинков се опитва да популяризира айкидо у нас, но не успява, най-вече поради политически причини.

През лятото на 1967 г. група занимаващи се с айкидо, които тренират на стадион "Академик", със съдействието на А. Джамбо (посланик на Конго) поканва френския майстор Б. Боари (5-ти дан). Той провежда стаж и изпит за 1-ви дан. Успешно издържалите изпита са Георги Пенев, Георги Иванов и Добромир Друмев.

В исторически и организационен план развитието на айкидо в България минава през следните етапи:

- емпирични търсения и организационен хаос;
- програма на Френската федерация по айкидо (Б. Боари) и обособяване на клубове;
- обособяване на няколко организации: Българска айкидо асоциация (БАА), Българска айкидо федерация (БАФ) и Българска йошинкан айкидо федерация, които работят по международно признати програми и са във връзка с учители от айкидо-традицията.

От 1996 г. Българската айкидо асоциация (БАА) и ЦСДК към НСА осъществяват дългосрочна специализация "треньор по айкидо". На 24.07.1998 г. в НДК, под егидата на Министерския съвет, Комитета за младежта и спорта, БАА и НСА, се проведе Първата научно-приложна конференция по айкидо, ръководена от Шихан Фумио Тоюда. Това е стъпка напред на айкидо в света на науката.

ФИЛОСОФСКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКА ХАРАКТЕРИСТИКА НА БОЙНОТО ИЗКУСТВО АЙКИДО

Айкидо е сложно и изтънчено бойно изкуство - високо ефективно учение за развитие, интеграция и хармонизация на всички човешки сили. "Айкидо е път за практическо изследване, прилагане и осъзнаване на законите за единство между тяло и дух. Това обединение е абсолютно необходимо, защото духът изразява своята сила чрез тялото" (А. Нока, 1977).

Етимологията на понятието "айкидо" означава метод или път ("до") за хармонизиране ("ай") на умствената енергия ("ки"). Самото понятие "айки" има още по-дълбок и комплексен смисъл: начин за победа в променливата ситуация, т.е. "айки" е израз на психическата нагласа, на личностната енергия, като субективна реалност, която се настройва към противника. В този аспект понятието се родее с "джу" (джу-джуцу), означаващо същия принцип на гъвкавост и адаптация, но айки напоява китайската доктрина за "ин-ян": "Вашият партньор и вие сте живите символи на "ин" и "ян", вие сте кръговратът на противоположни енергии, които се съединяват в спирала" (М. Саотоме, 1965).

При айкидо се набляга по-малко върху външните техники, а повече върху енергийното понятие "ки".

Освен в китайските и японските трактати по бойни изкуства, това понятие е крайгълният камък и на източната медицина. В трудовете на Г. Лувсан (1986), от медицинска гледна точка е дадено следното тълкуване: "ки - това е жизнена енергия, "начало", функционална активност на организма. Понятието "ки" се разделя на: първична ки, хранителна ки, дихателна ки, защитна ки. Наред с това всеки орган има свое ки". Така "ки" се явява истинският извор на самоефикасност на личността.

Пословицата е фантастичната ефикасност на М. Уешиба в напреднала възраст, посрещнал с усмивка атаките на своите млади и енергични ученици.

Това, че съчетава практически самозащитни движения, извлечени от боевете със сабя и копие, джу-джуцу, айки-джуцу и др. бойни изкуства, като уникален метод за самозащита, айкидо е еднакво приложимо както срещу един, така и срещу много противници. Негово основно преимущество е, че може да се практикува от мъже и жени без възрастово ограничение.

От направения исторически обзор произтичат следните изводи:

1. Първоначално айкидо служи като тайно оръжие на привилегирани кланове, но след Втората световна война М. Уешиба го разпространява масово сред японското общество, с цел морално оздравяване на нацията. Оттогава то е любимото бойно изкуство не само на японската младеж, но и на бизнесмени, политици и менажери от цял свят.

2. В отделни школи по айкидо се преподават и бойно-приложни аспекти, необходими и на специалните части за борба с терориз-

ма, и на полицията.

3. Айкидо е едно от най-сложните японски бойни изкуства. Тренирайки го и осмисляйки техническите и философските му аспекти, практикуващите развиват голям умствен потенциал, етични и морални качества.

4. Айкидо, в своя оздравителен аспект, е психофизически метод за всестранио развитие, защото изгражда не само физиката, но и адекватна психическа нагласа за всякакви житейски ситуации.

5. Обучението в айкидо се осъществява при наличието на учител (Шихан), който е звено за предаване от поколение на поколение на принципите на айкидо.

6. В своя философско-естетически аспект айкидо е учение, което цели да се осъзнае единството на Човека с Природата. Това осъзнаване ще ни помогне за залазим Земята от растящата икономическа глобализация, ще я завеждаем чиста на следващите поколения.

Всички тези аспекти налагат извода за необходимостта от подробно изучаване на това японско бойно изкуство, на този психофизически метод за хармонизиране на връзката "Човек-Космос".

ОБЩА ТЕОРИЯ НА ПСИХОПЕДАГОГИЧЕСКИТЕ ВЪЗДЕЙСТВИЯ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Понятие и класификация на средствата за въздействие

В психологическата и педагогическата литература няма единство във възгледите относно съдържанието на понятието "въздействие".

Сполучлив опит да дефинират това понятие и да подредят психическите въздействия по определени признаци правят Ц. Кардашев и Р. Трашлиев (1977): "Понятието въздействие, както и други понятия, има повече от един смисъл. То означава някакво действие или по-скоро специално подбрана съвкупност от действия, които се прилагат еднократно или системно върху човек, общество или някакъв друг обект с оглед постигане на определен (желан и очакван, необходим за някого) ефект."

Понятия и класификация на средствата за психическо и психопедагогическо въздействие и взаимодействие

Психическите въздействия представляват част от всички въздействия, които могат да бъдат отправени към човека. "Психичното въздействие е система от социално организирани действия, чрез които се цели постигането на определен ефект" (Ц. Кардашев, 1977).

По-пълна е формулировката, предложена от Л. Дасев (1996): "Психическото въздействие е специфична взаимосвързка между хората, при която в процеса на дейността и общуването една личност или група лица "проникват" в психиката на друга личност или група и в резултат на това се стига до преустройство на индивидуални или групови психически явления - възгледи, отношения, мотиви, установки, състояния и т. н., до изменения в поведението на личността или социалната общност".

Психически въздействия се използват от мениджъри, политици, рекламни и застрахователни агенти, икономически и военни ръководители, психиатри и не на последно място - от педагогически кадри - учители или треньори. Н. Попов (1994) класифицира педагогическата психология като един от самостоятелните клонове на психологическото знание.

В тази разработка ние правим разграничение между понятията: въздействие, взаимодействие и общуване. Ефективността на психопедагогическите въздействия и взаимодействия до голяма степен се определя от състоянието на обучаемите (трениращи или учащи), върху които ще се въздейства, както и от съдържанието на моментната ситуация. При обучавани, изпаднали в отрицателни емоционални състояния треньорът използва методите за психопедагогически въздействия. В нормалния тренировъчен или учебен процес е подходящо да се прилагат методите на психопедагогическото взаимодействие и да се спазват принципите на общуването. Това предполага да се познават добре методите на въздействието, на взаимодействието и общуването, и да се прилагат своевременно и адекватно.

От направения теоретичен обзор по проблемите на психопедагогическите въздействия и общуването установихме:

- Всеки треньор се нуждае от методика и техника на общуването, за да може сполучливо да управлява комуникативните, интерактивните и перцептивните процеси при обучението и възпитанието.

- За да се управлява успешно организираното общуване между треньори и ученици, както и между самите трениращи, съществено значение има натрупаният в областта на социологията, психологията, лингвистиката и други науки опит, разкриващ механизмите за ефективно функциониране на групите и колективите.

- При организирането на педагогическото общуване в процеса на обучението и възпитанието е необходимо да се отчитат особеностите на трениращите от различните възрасти. Освен това много важно е да се осъществява специална работа, насочена към подготвяне на учащите се за общуване.

- Оптимизацията на треньорско-педагогическото общуване в съвременния учебно-възпитателен процес предполага преди всичко да се преодолява сумарно-множествения подход при конструирането на съдържанието на обучението, както и на съществуващата антиномия между целите на тренировъчния процес и на възпитанието на личността.

В специализираната литература открихме много подходи за разглеждане и класифициране на психическите и психопедагогическите въздействия и взаимодействия. Ние приемаме класификацията на Ц. Кардашев и Р. Трашлев (1977). В нея психическите въздействия и взаимодействия се представят по два начина: взаимно свързани и взаимно съподчинени групировки. Според същите автори формите на психовоздействията са три: информация, убеждаване (инструктиране) и внушение (сугестия). Тази класификация е валидна и за психопедагогически въздействия и взаимодействия.

Чрез друг приложен подход Д. Кайков (1987) обособява психическите въздействия в три основни групи: познавателни, указателни и сугестивни (внушаващи).

От казаното могат да се изведат следните закономерности:

- Силата на психопедагогическото въздействие и взаимодействие се определя от степента на сливане на емоционалната със съдържателната страна на действието.

- Формите на психически и психопедагогически въздействия и взаимодействия са взаимосвързани и обусловени. Силата на тези въздействия и взаимодействия зависи от силата на тяхната връзка и единство.

Съществуват различни становища относно средствата, които се използват за психически и психопедагогически въздействия и взаимодействия.

Според Д. Кайков (1987) средствата за психическо въздействие се разделят на два основни вида: вербални и невербални. Тази класификация може да се приложи и за психопедагогическите въздействия и взаимодействия.

Ние приемаме класификацията на средствата за въздействие, предложена от Д. Павлов (1987): личностни средства за обучение (глас, дикция и интонация, външен вид, поза, мимика, жест); класически средства за обучение (всички видове обемни, графични и печатни средства за обучение); технически средства за обучение или учебна техника (диалозитиви, магнетофонни и видеомагнетофонни записи).

В заключение:

- Ефективността на психопедагогическото въздействие и взаимодействие чрез пантомимиката се основава на принципа, че външното движение се изразява чрез физическо движение.

- При определена сила на невербалните средства на психопедагогическо въздействие и взаимодействие е налице силна корелация между мимиката, вокалната експресия и пантомимиката.

- Ефективността на психопедагогическото въздействие и взаимодействие се определя до голяма степен от състоянието на подложения на въздействие обучаем и от съдържанието на ситуацията. Затова тези два важни показателя трябва да се установят преди избора на средствата за въздействие.

- Вербалните и невербалните средства за психопедагогически въздействия и взаимодействия са взаимно свързани. Тази зависимост следва да се отчита при подбора на определено средство.

Методи за психически и психопедагогически въздействия и взаимодействия

След проучване на литературния материал установихме, че научните основи и методи за психически въздействия за пръв път са разработени задълбочено в медицинската психология и в психотерапията. Създадени са много и разнообразни методи за психотерапия: психоанализ, психодрама на Д. Морено, биологическа психотерапия на А. Мейер, рационална психотерапия на П. Дюбов, групов психотерапия, индивидуално-психологическа психотерапия на А. Адлер, зен-терапия, игротерапия, прогресивна мускулна релаксация по Джекъбсън и др.

Според Н. Попов (1985) терапията се обособява в два основни

раздела: соматотерапия и психотерапия.

Д. Кайков (1987) разглежда методите за психични въздействия с цел регулиране на дейността на човека в екстремни ситуации.

През последните десетилетия една от основните задачи на западната психология е да се разработят специални методи за психическо въздействие като мушровка, принуда, внушение, съвместно повторение без разясняване и др. (Д. Макиел, 1984).

Психическите въздействия в спорта се използват с цел да се регулира дейността на трениращите. Опит за създаване на единна класификация на психическите въздействия за регулация на предстартовите състояния прави Г. Д. Горбунов (1977). Той диференцира четири групи способи за самовъздействие в зависимост от отразеното върху човека на: обкръжаващата материална среда; собственото физическо аз; собственото духовно аз; социалното аз.

В спортната психология и педагогика е разработена богата теоретична база (Д. Кайков, 1997; Т. Янчева, 1997) и се използват разнообразни методи за психическо и психопедагогическо въздействие. В зависимост от задачите, които си поставя, всяко психическо въздействие решава общи или конкретни задачи. Общите задачи се решават с методите за психическо въздействие, валидни за всички спортове или за група спортове, а конкретните - с методите, валидни за определен спорт или за спортна дейност и ситуация.

Методът на психическите въздействия в спорта включва различни методи на психическа регулация: автогенна тренировка, психофизическа релаксация, активно самовнушение, хипносугестия, волева регулация, идеомоторна тренировка, психическа саморегулация, психорегулираща тренировка и др.

От гледна точка на педагогиката целта и задачите на учебно-възпитателния процес се реализират с помощта на средствата и методите за въздействие. В тази връзка ще изтъкнем следното:

- Методите за психопедагогически въздействия са насочени към измененията на отделни психически елементи, в резултат на което дейността се оптимизира.

- Отделните методи се обособяват чрез средствата и формите на психопедагогически въздействия и взаимодействия. Подреждането на отделните методи в система (методика) зависи от характера и степента на подготовка на спортния педагог или психолог.

- Психопедагогическото въздействие се изразява в следното влияние на педагога върху съзнанието и поведението, върху воля-

та и чувствата на възпитавания; организиране на неговата дейност; обучаване с цел формиране на определена система от знания, умения и навики, както и на определени качества на личността.

● В някои случаи психопедагогическото въздействие е насочено към преодоляване на отрицателни страни в мисленето, поведението и характера на личността. В условията на колектива на един клуб по айкидо целта на психопедагогическото въздействие е цялостно развитие на активността на личността. То се отличава от стихийното влияние върху личността по това, че съзнателно се планира, организира и контролира. Без наличието на тези признаци няма психопедагогическо въздействие.

● Основните условия за ефективност на психопедагогическото въздействие са: комплексно да се планират и решават възникналите задачи, да се отчитат възрастовите и индивидуалните особености на учещите; обоснован избор на метода за възпитателни въздействия; единство и координация на дейността на всички участници във възпитателния процес; да се създава благоприятна морално-психологическа атмосфера в общуването между педагога и възпитаваните; да се поставят във всеки конкретен етап нови, по-големи възпитателни задачи.

● Психопедагогическото въздействие по айкидо се реализира в цялостния учебно-възпитателен процес: на тренировка, на лекция, в извънтренировъчната и извънурочната дейност, във всекидневното общуване с възпитаниците, т. е. във всички случаи, когато има съзнателно намерение за въздействие.

Основите на психопедагогическото обучение в айкидо под формата на правила се изразяват в следните методически постановки (К. Токей, 1994): израстване заедно; инструкторът е скромен; справедлив, а не силна; отношението, а не старшинството определя инструктора; бъде справедлив и безпристрастен; инструкторите работят заедно.

Психопедагогическото обучение по айкидо има характерни особености (Х. Нагата, 1995): определяне на целите - мисловна, техническа, физическа и педагогическа; определяне на потребностите - теми, вид и периодичност на тренировките, заучаване; определяне на методите - съдържание, прилагане; оценяване - първоначална цел, реално състояние след известно време, дистанция, която трябва да се измине.

В заключение могат да се направят следните изводи:

- Инструкторите, които водят клубове по айкидо (и по бойни

изкуства изобщо), по емпиричен начин, с много проби и грешки, натрупват педагогически и психологически опит. Но този опит не е осъзнат, нито научно класифициран. Работи се по-съвсем опростена схема: това се прави така и дава резултати, а дали може да се оптимизира и как - не става ясно.

● У нас няма традиция за емпирично предаване на педагогическото майсторство от учител на ученик. За това източната традиция за предаване на опит не е приложила. Това налага в подготовката на нашите треньори да използваме методи, основани на постиженията на съвременната психология и педагогика.

● Трудът на треньора е труд на педагог и психолог. Той може да изпълнява функциите си в педагогическата система, само ако владее професионални знания, умения и навики, ако притежава определени свойства на личността. Голямо значение за ефективното провеждане на учебно-тренировъчния и възпитателния процес е да се отчитат свойствата на личността на треньора, на необходимостта от по-нататъшното му развитие, за да израсне той като истински учител.

● Диагностика на професионално-личностните качества на треньорите по айкидо и прилагането на тренировъчни варианти на въздействия са основа за експериментирание на методиката за психопедагогически въздействия и взаимодействия.

ПРОФЕСИОНАЛНО-ЛИЧНОСТНА ХАРАКТЕРИСТИКА НА ТРЕНЬОРА В СПОРТНАТА ПЕДАГОГИКА И В АЙКИДО

Професионално-личностна характеристика на треньора в спортната педагогика

Личността на треньора се формира в условията на дейността. За целенасоченото ѝ развитие трябва да се имат предвид въпросите, свързани с подбора, подготовката и адаптацията на специалисти. Структурата на професионално-личностната подготовка на треньорите по айкидо, както на всички други треньори, се решава по модела на неговата психопрофесиограма. Засега такава не е съставена, а е необходима, защото: "Професиограмата отразява основните функции на учителя, изискванията на съвременното училище към него, кръга от теоретични знания, описанието на педагогическите умения и навики, професионално-личностните качества" (О. Абдулина, 1994).

Педагогът трябва непрекъснато да се самообразова, да работи върху себе си, за да развива и усъвършенства своите личностни и професионални характеристики. Основните свойства на личността се класифицират съобразно следните компоненти: потребности, ценностни ориентации, установка, мотив, интереси, самосъзнание, самооценка и претенции.

Очертават се следните три подструктури:

- Темпераментът е природно обусловена особеност на психичните свойства в поведението, типични за даден човек и проявяващи се в динамиката на цялостната му дейност.

- Характерът на личността и обусловените от средата трайни и устойчиви особености на личността, определящи се от социалната мотивация, формиращи хармоничността и дисхармоничността на личността.

- Способностите са индивидуалните особености на личността, интеграция на вродените заложби, включени в определена дейност и "раздадени" дарбите, талантите, гениалността. Именно те включват интелекта, креативността, като творческите способности и развитието на специфични спортно-състезателни качества.

Професионално-личностните качества на треньора са предмет на изследване в творчеството на много автори. В педагогиката има разработки за психолого-педагогическата характеристика на учителя по физическо възпитание и на треньора по конкретен вид спорт.

Според Р. Христов (1988) 16 качества са определящи за треньорската професия във функционалната и субективната ѝ структура, свързани с организационните и комуникативните умения. Те конкретизират както отношението към дейността, така и удовлетвореността от нея.

По-обща класификация на професионално-личностните качества на спортния треньор е направил Ат. Тодоров (1986): професионално-личностни, педагогически и личностно-дейностни.

Други изследователи посочват и такива общочовешки умения, като: конструктивни, организаторски, комуникативни, още и гностически, ориентировъчни и мобилизационни.

Някои изследвания акцентират върху информационната, развиващо-възпитателната, мобилизационната и изследователска функции.

Както подчертава М. Андреев (1988), изреждането на функциите още не ни дава отговор на въпроса за характера на системните теоретични знания и формираните върху тяхна основа на умения и навики, които са необходими за реализацията на педагогическата дейност.

Професионално-личностна характеристика на треньора в бойното изкуство айкидо

Разглеждайки професионално-личностната характеристика на треньора по айкидо, приемаме за частичен отговор, че най-важни качества за учителя са педагогическата общителност, педагогическото творчество, педагогическата наблюдателност и емоционалната стабилност (по Ст. Жекова, 1984). На треньорите по айкидо са необходими още личностно-дейностни качества, равнище на самоуважение и способност за реагиране в конфликтни ситуации.

От изложеното за професионално-личностните характеристики на треньорите по айкидо следва:

- Засега липсва методика за психопедагогически въздействия в качеството ѝ на практическа система. Затова е необходимо да се създаде приложна методика от тренировъчни варианти, предназначена да се повишава нивото на педагогическото майсторство на отделния треньор, да се подобрява социалният климат в колектива и да се преодоляват съпътстващите тренировъчно-състезателната дейност конфликти.

- Съществува известно подценяване на педагогическите и психологическите кадри, тъй като не се търсят практически изводи от наличния богат теоретичен материал.

РАБОТНА ХИПОТЕЗА, ЦЕЛ И ЗАДАЧИ, ПРЕДМЕТ И ОБЕКТ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

РАБОТНА ХИПОТЕЗА

Допускаме, че създадената от нас методика за психопедагогически въздействия в учебно-тренировъчния процес ще измени в положителна насока равнището на професионално-личностните характеристики и треньорско-педагогическото майсторство на треньорите и помощник-треньорите по бойното изкуство айкидо.

ЦЕЛ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

Цел на изследването е да се създаде професионално-личностен модел на треньора по айкидо. Върху основата на изработения модел да се разкрият средствата, методите и особеностите на подобряването на системата за обучение на треньорите при обучението по бойното изкуство айкидо.

ЗАДАЧИ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

1. Да се проучат професионално-личностните характеристики на треньорите по айкидо и на социално-психичния климат в треньорския и клубния колектив.
2. Да се изработи професионално-личностен модел на треньора по айкидо, който да отразява реалните професионално-личностни характеристики на треньорите.
3. Да се проучат средствата и методите за психопедагогически въздействия и взаимодействия по литературни данни.
4. Да се разработи система от методи за психопедагогически въздействия и взаимодействия.
5. Да се експериментира и оптимизира методиката за психопедагогически въздействия и взаимодействия.

ПРЕДМЕТ И ОБЕКТ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

Предмет на изследването са особеностите на някои педагогически способности на треньорите по айкидо като: педагогическа общителност, педагогическа наблюдателност, педагогически твор-

чески умения, емоционална стабилност, способност за реагиране в конфликтни ситуации, а също и някои личностно-дейностни характеристики, развитието на тези характеристики в резултат на приложена методика за психопедагогически въздействия и взаимодействия.

Обект на изследването са общо 124 лица. От тях 12 треньори (помощник-треньори) и 50 ученици от клуб "ЦСКА-Б.С". Това е първата експериментална група. Треньорите и помощник-треньорите в тази група са със следните технически степени в ю-дан системата на Българската Айкидо Асоциация (БАА): един II дан, пет I дана, шест 1-во кю, а възрастта им варира в границите 25-45 г. Учениците от експерименталната група са с технически степени от седмо до второ кю и възрастта им варира от 16-53 г.

Втора, контролна група се състои също от 12 треньори (помощник-треньори) и 50 ученици от клуб "Тендокан". Треньорите и помощник-треньорите във втората група са със следните технически степени в ю-дан системата на БАА: един III дан, един II дан, пет I дана, пет 1-во кю, а възрастта им варира в границите на 20-35 г. Съответно учениците от контролната група са с технически степени от седмо до второ кю и възрастта им варира от 15-47 г.

ОРГАНИЗАЦИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

I етап (март 1996 г. - юли 1997 г.). През този етап проучихме и анализирахме литературни източници от български и чужди автори за основните качества, които се включват в професионално-личностната характеристика на даден треньор-педагог. Също така бяха проучени същността, средствата и методите на психопедагогическите въздействия и взаимодействия. Уточнихме работната хипотеза, целта и задачите на изследването.

II етап (август - септември 1997 г.). През този етап изследвахме, чрез съответни тестове, общителността, педагогическото творчество, педагогическата наблюдателност, емоционалната стабилност, способността за реагиране в конфликтни ситуации, равнището на самоуважение, нивото на тревожност, и личностно-дейностните качества на треньорите от БАА. Проведохме диагностика на социалнопсихологическия климат в треньорския колектив и в колектива от ученици. Установихме личностните качества на учениците, върху които е повлияла системата на обучение в бойното изкуство айкидо. Разработихме методика на тренировъчни вари-

анти за психопедагогически въздействия и взаимодействия в педагогическата работа на треньорите при обучението по бойното изкуство айкидо.

III етап (септември 1997 г. до март 1998 г.). През този етап организирахме и проведохме педагогическия експеримент. Уточнихме методиката за психопедагогически въздействия и взаимодействия с експерименталната група. В края на етапа извършихме математико-статистическа обработка и обобщение на данните от изследванията.

МЕТОДИ НА ИЗСЛЕДВАНЕ

Поставените задачи решихме чрез следните методи на изследване:

1. Проучване, анализ и обобщаване на литературните източници.
2. Психолого-педагогическо тестиране.
3. Педагогически експеримент.
4. Анкетиране.
5. Математико-статистически методи за обработка на резултатите.

Проучване, анализ и обобщаване на литературните източници

Чрез този метод проучихме, анализирахме и обобщихме проблемите, свързани с професионално-личностните характеристики на треньора-педагог; средствата и методите за психически и психопедагогически въздействия и взаимодействия; значимостта на цялостната система за обучение в треньорско-педагогическата работа; важността на треньорско-педагогическото творчество; педагогическата наблюдателност, емоционалната стабилност и възможността за реагиране в конфликтни ситуации; структурата и особеностите на треньорския колектив и на колектива в клуб по бойни изкуства; въпросите на психопедагогическата подготовка; тренировъчните упражнения за психопедагогически въздействия и взаимодействия в спорта и в бойните изкуства (в частност при айкидо).

Анкетен метод

При този метод използвахме две анкетни карти, които информират за промените, които настъпват в някои основни професио-

нални характеристики на изследваните треньори-айкидисти. Освен това изследвахме треньорския и клубния колектив.

Психологически тестове

Приложената батерия от 10 теста информира за промените, които се проявяват в някои основни личностни и комуникативни качества на изследваните треньори-айкидисти.

Подбраните тестове бяха разделени в две основни групи:

I група. Тестове за изследване на психолого-педагогическите способности и навики: на Д. Джонсън - за диагностициране на педагогическата общителност на учителя; три теста по Ст. Жакова - ситуативен педагогически за оценка на педагогическото творчество на учителя, за самооценка на педагогическото творчество на учителя, за педагогическа наблюдателност на учителя чрез използване на снимки; на Спилбергер - за изследване на тревожността; на Тейлър - за оценка на общото равнище на тревожност и страх; на Томас - за изследване на типичните начини за реагиране в конфликтна ситуация; на Розенберг - за оценка на равнището на самоуважение.

II група. Тест на Личи за изследване и самооценка на основните личностно-дейностни качества и умения на треньора-педагог. Всички треньори от експерименталната и контролната група (24 лица) бяха изследвани с батерията от 10 теста преди и след провеждането на педагогически експеримент.

Основни критерии при подбора на тестовете бяха надеждността, информативността и достъпността им.

Педагогически експеримент

Експериментът бе проведен през периода 15 септември 1997 г. - 15 март 1998 г.

Контролната група работи по заложената от Българската айкидо асоциация (БАА) кю-дан програма. Експерименталната група ползва разработената от нас методика, като спазва кю-дан програмата на БАА. В нея допълнително бе включена методиката за психопедагогически въздействия и взаимодействия.

Методиката за психопедагогически въздействия и взаимодействия включва два основни раздела:

1. Методи за психопедагогически въздействия и взаимодействия

вия, упражнявани в тренировки между самите треньори. Използвахме ги в началния етап на педагогическия експеримент. Това е система от методи, чрез които се овладяват основите на професионално-педагогическите въздействия и взаимодействия. Тя обхваща четири цикъла:

а. Методи за практическо овладяване на елементите на треньорско-педагогическата комуникация, спомагащи за развиване на комуникативните способности при обучението в айкидо;

б. Методи за управление на треньорско-педагогическото взаимодействие;

в. Методи за действия в типични ситуации, съобразно условията на треньорско-педагогическата дейност;

г. Методи за работа над себе си.

В средата на педагогическия експеримент, след като треньорите овладяха основите на професионално-педагогическите въздействия и взаимодействия (включващи споменатите четири цикъла), преминахме към методите от втория основен раздел. Всеки треньор поотделно, с група от 3 - 5 ученика, проигра тази втора част от педагогическия експеримент.

2. Методи за психопедагогически въздействия и взаимодействия, упражнявани в тренировъчни варианти при общуване между треньори и практикуващи ученици. Използваните методи прилагаме в посочената последователност:

а. Методика за самоанализ и анализ при взаимодействието и общуването;

б. Методика за определяне на уменията да се разбира събеседникът;

в. Методика за определяне на преживяванията на събеседника при взаимодействие и общуване;

г. Метод за усъвършенстване на самопознанието и самооценката на ученика;

д. Метод за дискутиране на правила за поведение при взаимодействието между треньор и ученик;

е. Метод за психопедагогически въздействие при разрешаване на конфликти.

Най-често използваните методи за психопедагогическо въздействие и взаимодействие съчетахме с упражнения за техническа и тактическа подготовка. Тези методи бяха проигравани в продължение на половин година, 3 пъти седмично, по 35 - 45 min.

Математико-статистически методи за обработка на резултатите

Получените резултати бяха анализирани и оценявани чрез следните математико-статистически методи:

1. Вариационен анализ за определяне на средните стойности и вариативността на изследваните показатели.

2. Сравняване на две средноаритметични величини чрез t -критерия на Стьюдент. При проверката на статистическата достоверност на получените резултати избрахме 5 % степен на значимост.

Статистическата обработка на резултатите осъществихме чрез програмните продукти STATISTICA и EXCEL.

АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ

ПРОФЕСИОНАЛНО-ЛИЧНОСТНА ХАРАКТЕРИСТИКА НА ТРЕНЬОРА ПО АЙКИДО

Професионално-личностните качества на треньора по айкидо са изверени от оценките на колегите му. Представените данни са от началото на педагогически експеримент и обхващат експерименталната и контролната група.

Изследвахме следните професионално-личностни качества на треньорите по айкидо: педагогическа общителност, педагогическо творчество, педагогическа наблюдателност, равнище на самоуважение, възможност за реагиране в конфликтни ситуации, ниво на тревожност и личностно-деинотни качества.

Компонентите на педагогическата общителност се подреждат по следния начин: искреност, акцептация и разбиране са силно развити - съответно 80,5 %, 79,5 % и 64 %. Уважението е със средна степен на развитие - 52,5 %. Общопедагогическата общителност на треньорите по айкидо е силно развита (68,9 %). Вероятно това се дължи на дълбоко заложени в системата на обучението по айкидо философско-психологически аспекти. Според тях всеки работи за усъвършенстването на своя партньор, надява се той да бъде негов достоен последовател и ученик. Предложената от нас методика допринася за осъзнаването и доразвиването на това важно качество за треньора-педагог по айкидо.

Педагогическото творчество (прогностичните умения) на треньорите по айкидо е с различна степен на изразеност в отделните области: в ю-дан системата е на добро равнище (63,5 %), в отношението към тренировките - добро (60,5 %), в поведението към колектива - добро (60 %), а в обществената дейност - слабо (39,8 %).

Общопедагогическото творчество (прогностични умения) на треньорите по айкидо е на сравнително добро равнище (56 %). Това е напълно обяснимо. Айкидо е вътрешно бойно изкуство, насочено към самопознание и самоусъвършенстване, което изисква развитие на антиципацията. Това е един силен фактор за повишаване на педагогическите прогностични умения на треньорите в областта на бойното изкуство и сравнително по-слаб в сферата на обществената дейност. Ние отчетохме този момент и в предложената

от нас методика наблюдаваме върху повишаването на прогностичните умения в другите сфери на обществената дейност.

Педагогическата наблюдателност (визуална и вокална) на треньорите по айкидо е със следната изразеност: визуалната педагогическа наблюдателност е на добро равнище, със степен на изразеност 65 %; вокалната педагогическа наблюдателност също е на добро равнище, но с по-ниска степен на изразеност - 57 %. Общопедагогическата наблюдателност на треньорите по айкидо е на добро равнище (61 %).

Айкидо, както и другите източни бойни изкуства, естествено предполага развиването на наблюдателността на практикуващите го. В предложената от нас методика се съдържа допълнителна възможност за повишаване на наблюдателността и за пренасочването и към решаването на разнообразни педагогически задачи, които ангажират непрекъснато съзнанието и вниманието на треньора.

Равнището на самоуважение на треньорите по айкидо е с много добра степен на развитие (78 %). Този висок процент може да се обясни с факта, че занимаващите се с бойни изкуства по принцип са с добро самочувствие. Освен това те имат изразено от богатия и съдържателен ритуал чувство за самоуважение и уважение към всеки. Поради това самоуважението не изисква допълнителни усилия и средства за развитие, а цялостно оползотворяване на съдържащия се в него потенциал.

Компонентите на възможността за реагиране в конфликтни ситуации от страна на треньорите по айкидо се подреждат в следния ред: бягство - силно развито (62,5 %); компромис, приспособяване, сътрудничество - средно развити, със съответна степен на изразеност (62,5 %, 55,5 % и 52,5 %); съперничество - слабо развито (19,5 %); реагиране в конфликтни ситуации - средно развито (57 %).

И тук, според нас, обяснението е в същността на практиката и философията на айкидо. Нейн основен постулат е помирието и премахването на всяка агресия още в нейния зародиш. В системата на обучението по айкидо няма специални методи и действия (с изключение на ритуала в залата), които да провокират и да предизвикват треньора, за да се чувства длъжен да реагира в конфликтни ситуации. В предложената от нас методика на него му се дава възможност да работи осъзнато и целенасочено в тази насока с оглед формирането на това качество.

Нивото на тревожност на треньорите по айкидо се разпре-

депъ така: в границите на нормалното - личностна тревожност за жени (51,5 %), личностна тревожност за мъже (48,5 %), ситуативна тревожност за жени (45 %), ситуативна тревожност за мъже (41 %). От получените данни следва, че като обобщено качество нивото на тревожност на треньорите по айкидо е със средна степен на изразеност (46,5 %). Практикуването на айкидо, поради дълбокия си психотерапевтичен ефект, естествено спомага да се намали напрежението и тревожността. С предложената от нас методика треньорите без затруднения могат да решават възложените им педагогически задачи.

Личностно-действиелни качества на треньорите по айкидо са изразени в следната последователност: със средна степен на изразеност - дружелюбност (49 %), отстъпчивост (42 %), алтруистичност (41,5 %), агресивност (38,5 %), доминантност (38 %) и зависимост (36 %); слабо развити - сигурност в себе си (33 %) и скептицизъм (30,5). Обобщено системата от личностни качества на треньорите по айкидо е развита в средна степен (39,5 %). Това е естествено, тъй като тези качества се изграждат най-трудно и за най-продължително време. Именно поради това е необходима специализирана методика за тяхното развитие, каквато е целта на нашето изследване.

Обобщеният модел на професионално-личностните качества на треньора по айкидо, изведен от оценките на треньорите, е посочен на фиг. 1. Тези качества се представят по различен начин - чрез



Фиг. 1. Обобщен модел на професионално-личностните характеристики на треньора по айкидо, изведен от оценките на треньорите

самооценка, оценка на колегите, оценка от учениците и оценка на ръководството на Асоциацията. Открояват се интересни за теорията и практиката закономерности. Самооценката на треньорите, оценката на учениците и оценката на ръководството на Асоциацията за професионално-личностните качества на треньорите показва, че те са значително развити (73 %). По-различни са резултатите, когато треньорите оценяват колегите си. Тогава професионално-личностните качества изглеждат по-слабо развити (58 %). Това различие се дължи на по-реалната, трезва и професионална оценка на треньорите, която отразява професионалното майсторство на преподавателите по айкидо, а може би и на фактора съперничество.

Системата за обучение по айкидо в значителна степен развива повечето от професионално-личностните характеристики. Необходимо е да се потърсят педагогически целесъобразни средства и методи за развиването и на останалите качества, които имат по-ниска степен на изразеност и очевидно изискват повече време за изграждане у трениращите. Във всяка област, в това число и в айкидо, трудно се навлиза в дълбоката същност на нещата, които съответно следва да се предлагат и на възпитаниците. В случая става въпрос за усвояването на педагогическото майсторство, което е сплав между знанията от областта на теорията на обучението и тренировката и личния практически опит, придобит след продължителна педагогическа работа.

СОЦИАЛНО-ПСИХИЧЕН КЛИМАТ В ТРЕНЬОРСКИЯ И КЛУБНИЯ КОЛЕКТИВ

Анализът на резултатите при експерименталната и контролната група в началото на педагогическия експеримент разкрива, че социално-психическият климат в треньорските колективи на клубовете по айкидо е на средно ниво (45 %). Очевидна е необходимостта да се работи за неговото подобряване, което в цел на предложената от нас методика.

ДИНАМИКА НА ПРОФЕСИОНАЛНО-ЛИЧНОСТНИТЕ КАЧЕСТВА

За да установим промените в компонентите на треньорско-педагогическото майсторство и в овладяването на общуването проведохме тестиране с участниците от експерименталната и контрол-

Професионално-личностна характеристика на треньора по айкидо, изведена от оценките на учениците и ръководителите на БВА

Професионално-личностни качества на треньора по айкидо	Отговор (%)				
	Напълно 100-90 %	Значително 80-70 %	Частично 60-30 %	Незначително 20-10 %	Неразбираемо 0-0 %
A. Притежам ерудиция и широка научна култура		72.5			
B. Дам най-новите знания в областта на Айкидо			67.8		
B. Развива собствена възглед в своите думи		68.8			
G. Дам знания, необходими за практиката и живота		75.5			
D. Умен да влизам в контакт с учениците		72.5			
E. Създавам творческа атмосфера		69.8			
Ж. Притежам педагогическо майсторство		73.7			
З. Стимулирам самостоятелно мислене и собствени мнения			63.7		
И. Проявявам активен патриотизъм и национално самосъзнание			65.5		
K. Притежам висок преподавателски и човешки морал		77.3			
П. Имам личен шир и обаяние		74.3			
M. Допринос за цялостното развитие на личността на ученика		75.2			
N. Обща (комплексна) оценка		72.8			

ната група в началото и в края на изследването.

Статистическата достоверност на резултатите от експеримента бе установена чрез t-критерия на Стьюдент за зависими извадки. За целта бяха използвани средните аритметични величини $\bar{X}$ и гаранционната вероятност (PI) в проценти. Приет бе уroveň на зависимост $\alpha=0.05$, което предлага 95 % гаранционна вероятност при доказване верността на алтернативната хипотеза.

Педагогическа общителност

При анализа на професионално-личностното качество педагогическа общителност използвахме четири показателя на характеризирани нагласи - уважение, разбиране, искреност и акцептация. Откриха се някои интересни за теорията и практиката особености (фиг. 2).

Приложената от нас развиваща методика се е отразила най-силно върху нагласата уважение. Треньорите, които работят по нашата методика, проявяват по-голямо уважение към другите. Така нагласата за уважение се увеличава с 13 % ($P > 95\%$). Достоверно са повишени и нагласите за другите два основни компонента на педагогическата общителност - за разбиране - с 9 % ($P > 95\%$) и за искреност - с 8 % ($P > 95\%$). Без промени е показателят акцептация. Това очевидно е фактор, който е твърде консервативен и трудно се поддава на промяна за времето на експеримента.

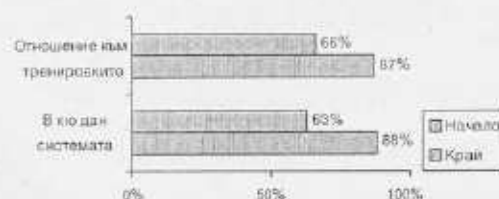
При контролната група получените положителни промени са несъществени (стойността на t-критерия на Стьюдент е ниска).

Педагогическо творчество

Професионално-личностното качество педагогическо творчество под формата на прогностични умения бе изследвано в четири направления: в техническата кю-дан система, в обществената дейност, в отношението към тренировките и в поведението в колектива. Разкрихме някои характерни особености (фиг. 3).

Под въздействие на приложената от нас методика положителни изменения настъпват в областта на техническата кю-дан програма - с 25 % ($P > 95\%$) и в отношението към тренировките по айкидо - с 21 % ($P > 95\%$).

Очевидно експериментиранията методика за психопедагогическо въздействие оказва влияние върху педагогическото творчество на треньорите от експерименталната група само в направлението със специфичен характер, но не и по направлението обществена дейност и поведение в колектива, които изискват по-продължителна работа от страна на треньора.

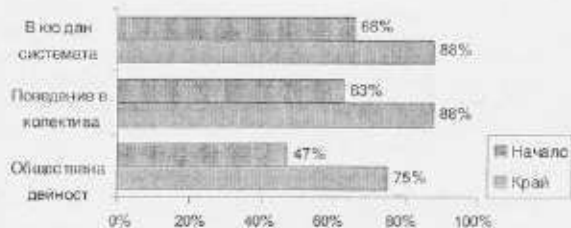


Фиг. 3. Изменения на педагогическото творчество на треньора по айкидо

Самооценка на педагогическото творчество

Самооценката на професионално-личностното качество педагогическо творчество също е разкрита с четири показателя: прогностични умения в техническата кю-дан система, в обществената дейност, в отношението към тренировките и в поведението в колектива (фиг. 4). Психопедагогическите въздействия повишават самооценката на треньорите за тяхното педагогическо творчество: за обществена дейност - с 29 % ($P > 95\%$), за поведение в колектива - с 25 % ($P > 95\%$), за техническа кю-дан програма - с 22 % ($P > 95\%$). Следователно може да се твърди, че експериментирания методика за психопедагогически въздействия оказва съществено влияние върху самооценката на прогностичните умения на треньорите от експерименталната група, но същевременно и системата на обучение по айкидо допринася да се развиват прогностични умения, което се доказва от резултатите на контролната група.

Методиката за психопедагогически въздействия не влияе върху самооценката за творчество в областта на отношението към тренировките. Вероятно в тази област механизмите за формиране на педагогическото творчество са други.



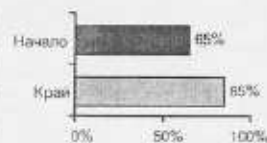
Фиг. 4. Изменения на самооценката на педагогическото творчество на треньорите по айкидо

Визуална педагогическа наблюдателност

Професионално-личностното качество педагогическа наблюдателност, структурирано от три основни компонента - педагогиче-

ска избирателност, педагогическа впечатлителност и педагогическа проницаемост, също променя своята конфигурация в условията на експеримента (фиг. 5).

Визуалната педагогическа наблюдателност съдържа пълната система от несловесни прояви - движения, пози, гримаси, мимика и жестове на учениците. При експерименталната група настъпват положителни промени, което се изразява с 20 % ($P > 95\%$) по-висока степен, докато при контролната група получените положителни промени са несъществени (стойността на t-критерия на Стьюдент е ниска).

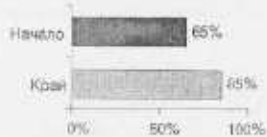


Фиг. 5. Изменения на визуалната педагогическа наблюдателност на треньорите по айкидо

Вокална педагогическа наблюдателност

Педагогическата наблюдателност включва и вокални елементи на човешкото поведение. Приема се, че тяхното отчитане е много сигурна основа за характеризирането и оценяването на учениците.

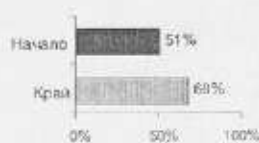
Към вокалната педагогическа наблюдателност се отнася пълната система от словесни прояви на учениците. Анализът на резултатите при експерименталната група показва, че във вокалната педагогическа наблюдателност са настъпили положителни промени - 18 % ($P > 95\%$) (фиг. 6). При контролната група получените положителни промени са несъществени (стойността на t-критерия на Стьюдент е ниска).



Фиг. 6. Изменения на вокалната педагогическа наблюдателност на треньорите по айкидо

Социално-психически климат в тренировъния колектив

Социално-психическият климат в колектива е сравнително трайно и устойчиво състояние. В него се отразява реалната социална ситуация, която включва характера и степента на междуличностните отношения, организацията на тренировките и обучението, цялостния социален живот в колектива.



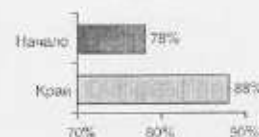
Фиг. 7. Изменения на социално-психическия климат в тренировъния колектив на клуб по айкюдо

Анализът на резултатите от експерименталната група показва, че в социално-психическия климат на тренировъския колектив са настъпили положителни промени. Сплотеността при експерименталната група се е увеличила със 17 % ($P > 95\%$) и от ниво добро развитие е преминала в ниво много добро развитие (фиг. 7). При контролната група получените положителни промени са несъществени (стойността на t-критерия на Спюдънт е ниска). Може да се твърди, че експерименталната методика за психопедагогически въздействия оказва влияние върху социално-психическия климат на тренировъския колектив. Нивото му преминава от добро в много добро.

Равнище на самоуважение

Равнището на самоуважение е компонент от глобалното отношение на тренивора по айкюдо към собствената си личност.

В равнището на самоуважение също са регистрирани положителни промени. След експерименталния период то е с 10 % ($P > 95\%$) по-високо от изходната стойност. В оценъчната скала равнището добро развитие е заменено с равнището много добро развитие (фиг. 8). При контролната група получените положителни промени са несъществени (стойността на t-критерия на Спюдънт е ниска), докато при експерименталната група методиката за психопедагогически въздействия оказва съществено влияние върху равнището на самоуважение на тренировъския колектив.

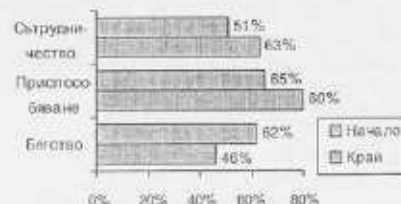


Фиг. 8. Изменения на равнището на самоуважение на тренивора по айкюдо

Възможност на тренивора по айкюдо да реагира на конфликтни ситуации

В тренировъчно-възпитателния процес възникват конфликти, които могат да се избегнат, докато са още в стадий на формиране.

Важно е тренивора по айкюдо да умева не само да ги разрешава, но и да прогнозира евентуалното им появяване и развитие, а ако е и с натрупан педагогически опит - и да ги предотвратява.



Фиг. 9. Изменения на способността на тренивора по айкюдо да реагира на конфликтни ситуации

Професионално-личностното качество способност за реагиране в конфликтни ситуации е разкрито чрез пет характеризирани нагласи: съперничество, сътрудничество, компромис, бягство и приспособяване. Констатирано се изменение в повечето от тях (фиг. 9). След педагогическия експеримент в експерименталната група настъпват положителни промени - нагласата бягство намалява с 16 % ($P > 95\%$), нагласата приспособяване се увеличава с 15 % ($P > 95\%$), нагласата сътрудничество се увеличава с 12 % ($P > 95\%$). При контролната група получените положителни промени са несъществени (стойността на t-критерия на Спюдънт е ниска). Следователно експерименталната методика съществено повишава способностите на тренивора по айкюдо да реагира в конфликтни ситуации.

Методиката за психопедагогически въздействия не оказва влияние върху качествата компромис и съперничество.

Тревожност на тренивора по айкюдо

Емоционалната стабилност е сложно и многопластово професионално-личностно качество на тренивора. В него се включва както емоционалната характеристика и динамичността на тренивора, така и степените и особеностите в развитието на интелектуално-волевите му черти. На сегашния етап от характеристиката на емоционалната стабилност се изразяват следните по-съществени показатели: относителна стабилност (нестабилност) на емоционалните състояния; състояния на тревожност, невротичност (тревожност, чувствителност, страх).

Професионално-личностното качество емоционална стабилност разкриваме чрез отчитане на измененията в личностната и ситуационната

тивната тревожност на треньорите. Личностната тревожност е постоянна характеристика на треньора. След прилагането на методиката за психопедагогически въздействия в равнището на тревожността на треньорите настъпват положителни изменения. Личностната тревожност намалява с 8 % ($P > 95\%$).

При контролната група получените положителни промени са несъществени за личностна тревожност (стойността на t -критерия на Стьюдент е ниска).

Ситуативната тревожност характеризира треньора в определен момент. Нейното отчитане е важно, тъй като в педагогическата дейност ситуациите се променят често.

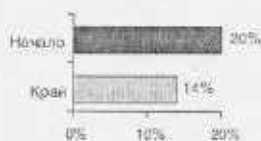
Анализът на резултатите след педагогическия експеримент при експерименталната група показва, че настъпват положителни промени за ситуативната тревожност на треньорите по айкидо. Тя намалява със 7 %. Поради ниската стойност на критерия на Стьюдент (t) тази промяна не е съществена.

При контролната група са отбелязани също положителни промени, но те са също несъществени.

При експерименталната група методиката за психопедагогически въздействия влияе положително, като снижава личностната тревожност на треньорите по айкидо, но не влияе съществено върху ситуативната тревожност.

Общо равнище на тревожност и страх на треньорите по айкидо

Равнището на тревожност и страх на треньорите от експерименталната група намалява с 6 % ($P > 95\%$), докато при контролната група получените положителни изменения са несъществени (фиг. 10). Така експериментираната методика за психопедагогически въздействия оказва съществено влияние върху общото равнище на тревожност и страх на треньорите от експерименталната група. Тревожността и страхът се понижават от средно до границата на ниско равнище.



Фиг. 10. Изменения в общото равнище на тревожността и страха на треньорите по айкидо

Личностно-дейностни качества

Личностно-дейностните качества на треньорите дефинирахме в следния ред: доминантност, сигурност в себе си, агресивност, скептицизъм, отстъпчивост, зависимост, дружелюбност и алтруистичност.

Експериментираната методика за психопедагогически въздействия оказва влияние върху самооценките на треньорите за някои техни личностни качества. По-високи са самооценките за дружелюбността (с 22 %) и за сигурността в себе си (със 17 %). Самооценката за агресивността намалява с 13 % (фиг. 11).

Това изменение е педагогически целесъобразно и необходимо. Системата на обучение по айкидо като цяло допринася за намаляване на агресивността, което личи от данните за контролната група.

Методиката за психопедагогически въздействия на оказва влияние върху самооценките за доминантност, скептицизъм, отстъпчивост, зависимост и алтруистичност. Тези качества очевидно намират по-малка приложимост в учебно-възпитателния процес въобще и в частност по айкидо.



Фиг. 11. Изменения на оценката на треньорите по айкидо за личностно-дейностните им качества

Професионално-личностни качества (самооценка)

Самооценката на професионално-личностните качества на треньорите по айкидо се отнася за осем области: придобиване на научна култура; ефективна професионална реализация; формиране на патристична позиция; развиване на волеви, на морални, на естетически и на творчески качества; цялостното развитие на личността на треньора.

След педагогическия експеримент в експерименталната група настъпват положителни изменения при самооценката на естетическите качества с 10 %, ($P > 95\%$) и при самооценката за цялост-

ното развитие на личността - с 9 %, ($P > 95\%$). Съответно и двете са преминали в горната граница на значително развитие. При контролната група получените положителни промени са несъществени (стойността на t -критерия на Стюдент е ниска).

Експериментираният методика за психопедагогически въздействия влияе съществено върху самооценката на естетическите качества и на цялостното развитие на личността при трениорите от експерименталната група, не оказва влияние върху самооценката на следните професионално-личностни качества: придобиване на научна култура, ефективна професионална реализация, формиране на патриотична позиция, развиване на волевите качества, развиване на моралните качества, развиване на творчески качества.

Професионално-личностни качества (оценка от учениците и от ръководството на асоциацията)

Оценката на учениците и на ръководството на Асоциацията се отнася за 13 области: ерудиция и научна култура, най-нови знания в областта на айкидо, собствени възгледи, знания за живота и практиката, контакт с учениците, творческа атмосфера, педагогическо майсторство, самостоятелно мислене, национално самосъзнание, висок човешки морал, личен чар и обаяние, цялостно развитие на личността на ученика, обща (комплексна) оценка.

Според учениците през експерименталния период психопедагогическите въздействия и взаимодействия влияят съществено върху някои професионално-личностни качества на трениорите. Те преценяват, че се е увеличила способността им да дават знания за живота и практиката, да развиват собствени възгледи, да притежават висок човешки морал, а също че професионално-личностните им качества са се повишили.

Според учениците методиката за психопедагогически въздействия не оказва влияние върху следните професионално-личностни качества на трениорите: ерудиция и научна култура, стимулиране на самостоятелно мислене, промяна на национално самосъзнание, личен чар и обаяние. Според ръководството на Асоциацията методиката влияе върху някои професионално-личностни качества на трениорите от експерименталната група като уменията да влизат в контакт с учениците, да стимулират самостоятелното мислене, да допринасят за развитието на личността на ученика, а също и върху общото развитие на качества, но не оказва влияние върху след-

ните професионално-личностни качества: ерудиция и научна култура, развиване на собствени възгледи, даване на знания за живота и практиката, създаване на творческа атмосфера, притежаване на педагогическо майсторство, проявяване на национално самосъзнание, притежаване на висок човешки морал, даване на най-нови знания в областта на айкидо, притежаване на личен чар и обаяние.

Професионално-личностните качества на трениорите се формират в хода на педагогическия експеримент. Тяхното изменение и формиране се разкрива чрез самооценката на трениорите, оценката на трениорите (за техните колеги), оценката на учениците и оценката на ръководството на Асоциацията.

Самооценката на трениорите за техните професионално-личностни качества в началото на педагогическия експеримент е, че те са значително развити (71 % при експерименталната група и 75 % при контролната група). След педагогическия експеримент професионално-личностните качества заемат по-висока стойност в Аз-образа на трениорите от експерименталната група.

Аналогична е констатацията за отношението на учениците и ръководителите към професионално-личностните качества на трениорите. Оценката е, че при експерименталната група тези качества са частично развити (69 %), а при контролната - значително (77 %). След педагогическия експеримент отношението на учениците и на ръководителите към професионално-личностните качества на трениорите по айкидо се изменя в положителна насока.

Подобни изменения не се констатира в отношението към качества на трениорите от контролната група.

Оценката от трениорите по айкидо за отделните професионално-личностни качества и тяхното изменение в експерименталната група е следната: педагогическа общителност преди педагогическия експеримент е силно развита (74 %), но чрез приложената методика може да се доразвие (81 %). Качеството се развива и без прилагането на специалната методика, но в по-слаба степен. Според нас това се дължи на системата на обучение по айкидо, в която всеки се грижи за техническото и личностното израстване на своите партньори.

Оценката за педагогическото творчество на трениорите показва, че това качество от добре развито (59 %) след прилагането на методиката достига степен много добро развитие (79 %). Втората оценка е с 20 % по-висока от първата. Оценката показва, че качес-

ството се развива и в контролната група, но в по-слаба степен.

Педагогическата наблюдателност на треньорите преди педагогическия експеримент се оценява като добре развита (64 %), но след прилагането на методиката оценката е с 21 % по-висока от първата. Оценката на треньорите показва, че качеството педагогическа наблюдателност се развива и по естествен път, но в по-слаба степен.

Висока е оценката за равнището на самоуважение преди педагогическия експеримент (много добре развито - 78 %), но след прилагането на методиката тя се повишава още повече - с 10 %. При контролната група втората оценка е по-висока в сравнение с първата само с 2 %. Според нас това повишение се дължи на самоувереността и самоуважението, което изграждат бойните изкуства.

Оценка за качеството способност на треньора да реагира в конфликтни ситуации преди педагогическия експеримент е сравнително ниска (59 %). След прилагането на методиката оценката показва, че това качество се е развило с още 8 %. При контролната група двете оценки са сходни (54 % - 55 %). Това потвърждава, че методиката е ефективна при качеството способност да се реагира в конфликтни ситуации.

Оценката за качество емоционална стабилност, изразена с нивото на тревожност и страх, преди педагогическия експеримент е сравнително висока. След приложената експериментална методика тя се понижавя (33 %). Този факт разкрива ефективността на методиката спрямо това качество. Оценката за контролната група е с нищожна стойност на изменение - само с 2 %.

Оценката за личностно-дейностните качества на треньорите преди педагогическия експеримент е сравнително ниска (36 %). И след приложената методика оценката разкрива, че тези качества слабо се подобряват (едва с 6 %) и остават в рамките на средното равнище (42 %). Оценката за контролната група е, че тези качества не само не се развиват, но и отслабват с 9 % (42 % - 33 %).

На фиг. 12 и 13 са представени два обобщени модела на професионално-личностните качества на треньорите по айкидо съобразно техните оценки преди и след експеримента, съответно за експерименталната и на контролната група.

СРАВНИТЕЛЕН АНАЛИЗ

За сравнителен анализ използвахме обобщения модел на професионално-личностните качества на треньора по айкидо, изведен от оценките на треньорите, както и обобщения модел на тези



Фиг. 12. Обобщен модел на професионално-личностните качества на треньора по айкидо от експерименталната група (в началото и в края на педагогическия експеримент)



Фиг. 13. Обобщен модел на професионално-личностните качества на треньора по айкидо от контролната група (в началото и в края на педагогическия експеримент)

качества в края на педагогическия експеримент при експерименталната група. Целта е да се проследи насоката, в която методиката за психопедагогически въздействия и взаимодействия влияе върху обобщения модел на професионално-личностните качества на треньора по айкидо.

Професионално-личностното качество **педагогическа общителност** при обобщения модел е силно развито (69 %). След педагогическия експеримент стойността му е още по-висока (81 %). Приложената методика повишава това качество с 12 %. При контролната група няма прираст.

Професионално-личностното качество **педагогическо творчество** при обобщения модел е добре развито (56 %), а след педагогическия експеримент е много добре развито (79 %). Чрез методиката това качество се повишава с 23 %, а при контролната група прирастът е 13 %.

Професионално-личностното качество **педагогическа наблюдателност** е добре развито (61 %), а след педагогическия експеримент - много добре развито (85 %). Приложената методика го повишава с 24 %, като при контролната група прирастът е 12 %.

Професионално-личностното качество **равнище на самоуважение** е много добре развито (75 %). След педагогическия експеримент остава в посоката много добре развито (88 %), но с методиката се повишава с 10 %. При контролната група няма прираст.

Професионално-личностното качество **способност на треньора да реагира в конфликтни ситуации** е средно развито (57 %). След педагогическия експеримент то вече е силно развито (67 %), макар че с методиката се повишава с 10 %. При контролната група няма прираст.

Професионално-личностното качество **емоционална стабилност** е изразено с нивото на тревожност и страх. При обобщения модел тревожността и страхът са на средно равнище (41,5 %). След педагогическия експеримент те остават в същата плоскост на средно равнище (33 %). Всъщност методиката намалява качеството тревожност и страх с 8,5 %. При контролната група намаляването на тревожността и страха е незначително - едва с 1,5 %.

Личностно-дейностните качества на треньора при обобщения модел са средно развити (39,5 %). След педагогическия експеримент те остават средно развити (42,4 %), а увеличението на изразеността е много слабо - с 3 %. При контролната група няма прираст.

ОБОБЩЕНИЯ, ИЗВОДИ И ПРЕПОРЪКИ

Резултатите от изследванията и анализите на получените резултати ни дават основание да направим следните изводи:

1. Психопедагогиката е научна дисциплина, която осъществява синтеза между теорията и практиката, изследванията и указанията, препоръките, знанията за човека и уменията да се въздейства върху него целесъобразно и гравитно. Тя помага и на треньора и на ученика по айкидо.

2. Главен субект в тренировъния процес обаче е треньорът. Именно на него са необходими уменията и на психолозите и на педагозите. Работата на психопедагога е ново качествено ниво на овладяване на психологическите и педагогическите знания и умения. Той обединява най-доброто от "частния" психолог и "частния" педагог. Чрез него се преодолява едностранчивото специализиране и разделяне на психолозите на категории: психолози-дидактици (преподават), психолози-инструменталисти (изследват), психолози-теоретици (обобщават), психолози-практици (помагат).

3. Разработената от нас методика за психопедагогически въздействия и взаимодействия спомага помощник-треньорите по айкидо да изменят професионалното си поведение. В експерименталната група се повиши нивото на социално-психическия климат и способността на треньорите да реагират в конфликтни ситуации. Понижи се нивото на тревожност.

4. В резултат на приложената методика на обучение треньорите по айкидо от експерименталната група подобряват основните си професионално-личностни характеристики: педагогическа наблюдателност, прогностични умения; педагогическа общителност.

5. Вследствие на методиката треньорите по айкидо са променили личностната си активност и самочувствието си.

6. Методиката за психопедагогически въздействия развива в положителна насока емпатийните способности на треньорите.

7. Педагогически най-целесъобразно е заниманията с експериментирания метод за психопедагогически въздействия и взаимодействия да се провеждат три пъти седмично с продължителност от 30 до 45 минути (смесени групи).

8. Модифицираната към българските условия методика за психопедагогически въздействия в достатъчна степен допринася за овладяване от треньорите на необходимия минимум педагогически умения, които в най-голяма степен спомагат за професионалната им реализация, поради което предлагаме да се приложи в практиката.

СПИСЪК НА НАУЧНИТЕ ПУБЛИКАЦИИ ВЪВ ВРЪЗКА С ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД

1. Друмев, Д. Поява и развитие на бойното изкуство айкидо. - В: *Проблеми на спортната практика*, НСА, С., 1997, стр. 117-123.
2. Друмев, Д. Формиране на личността и философията на бойното изкуство Айкидо. - В: *Личност, мотивация, спорт*, том 3, под науч. ред. на Н. Попов. НСА, С., 1997, стр. 51-53.
3. Друмев, Д. Характеристика на някои аспекти от личността на треньора по Айкидо. - В: *Личност, мотивация, спорт*, том 4, под науч. ред. на Н. Попов. НСА, С., 1998, стр. 57-62.
4. Друмев, Д. Методика за психопедагогически въздействия и взаимодействия при решаване на конфликти. - *Наука и спорт*, С. 1999, бр. 1, стр. 22-26.
5. Друмев, Д., В. Маргаритов, Д. Петкова. Айкидо като методика за волево възпитание на подрастващите. - В: *Усъвършенстване на методиката на обучение по айкидо*. Под общата редакция на Д. Кайков. НСА, С., 1999, стр. 46-51.
6. Друмев, Д. Психофизическата тренировка за формиране на личността в източните културни традиции. - В: *Личност, мотивация, спорт*, том 5, НСА, С., 2000, стр. 46 - 50.
7. Попов, Н., Д. Друмев. Способност за справяне с конфликтни ситуации при обучението по айкидо. - В: *Усъвършенстване на методиката на обучение по айкидо*. Под общата редакция на Д. Кайков. НСА, С., 1999.
8. Drumev, D., E. Germanov. Methods of Psycho-Pedagogic Impacts in the Aikido Training. Western States Aikido, March, 1998, Page1 - 6 of 7.

СПЕЦИАЛИЗИРАН НАУЧЕН СЪВЕТ ПО ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА НА
ФИЗИЧЕСКОТО
ВЪЗПИТАНИЕ ПРИ ВАК

НАЦИОНАЛНА СПОРТНА АКАДЕМИЯ

КАТЕДРА: "ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА"

ДОБРОМИР ПЕТРОВ ДРУМЕВ

**ТЕМА: "МЕТОДИКА ЗА ПСИХОПЕДАГОГИЧЕСКИ
ВЪЗДЕЙСТВИЯ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В
ОБУЧЕНИЕТО ПО АЙКИДО"**

ДИСЕРТАЦИОНЕН ТРУД ЗА ПОЛУЧАВАНЕ НА ОБРАЗОВАТЕЛНА И
НАУЧНА СТЕПЕН "ДОКТОР"

**НАУЧЕН РЪКОВОДИТЕЛ: ПРОФ. Н. ПОПОВ, ДОКТОР НА
НАУКИТЕ**

София, 2000г.

ТЪРСЕНЕ В НАУЧНИТЕ СТЕПЕНИ И ЗВАНИЯ

☐ Търсене в данните за научните степени
☒ Търсене в данните за научните звания
☒ Търсене в данните с легализираните дипломи

Въведете признака (признаците) с интервал между думите

добромир друмев

Изберете колона, в която да се търси по този признак

▼

Търси

Използвайте задължително показания в долната таблица примерен формат на данните!

[illegible]

