

ПРОУЧВАНЕ ОТНОШЕНИЕТО НА СТУДЕНТИТЕ ОТ СОФИЙСКИЯ УНИВЕРСИТЕТ КЪМ ОБУЧЕНИЕТО ПО ТЕНИС СЛЕД КОВИД ПАНДЕМИЯТА

Евгени Йорданов

Софийски университет „Св. Климент Охридски“

Резюме. Ограничената двигателна активност в условията на пандемия и дистанционно обучение влияе негативно върху физическата годност и мотивацията за занимания със спорт на хора от всички възрастови групи, включително и студентите, участващи в учебно-тренировъчния процес по тенис в СУ. Тенисът е спорт, отличаващ се с голяма вариативност на пространствените, времевите и силовите характеристики на двигателната дейност. Това го определя като трудна за овладяване игра. Постигането на добро ниво на техническа подготвеност изисква многократно изпълнение на различните технически елементи, като величината на физическото натоварване е доста висока. Постигането на целта и задачите в обучението по тенис в Университета в голяма степен зависи от фактори като желанието за системни тренировъчни занимания, наличието на трайни интереси към практикуването на играта, съзнателното отношение и активното участие при изпълнението на различни упражнения. Всичко това ни насочи да си поставим за цел да проучим отношението, желанията и интересите на студентите към учебната дисциплина тенис и да установим дали са се променили вследствие на епидемичните ограничения.

Това би ни позволило да водим пълноценно обучение и да постигнем по-бързото възстановяване на нормалния ритъм на живот и учебно-тренировъчна работа в Университета.

Ключови думи: тенис; обучение; отношение; желания; интереси; мотивация

Въведение

Учебната дисциплина „Спорт“ е задължително избираема, свободно избираема и факултативна за студентите от Софийския университет „Св. Климент Охридски“ в зависимост от това в кой факултет се обучават. Департаментът по спорт предлага избор от 22 спортни дисциплини, една от които е спортът тенис. Интересът към нея е голям и при онлайн записването свободните места в учебните групи се изчерпват за броени часове.

За съжаление, през последните две учебни години учебно-тренировъчната работа не беше проведена по най-пълноценния начин поради обективни причини във връзка с наложените мерки против пандемията от ковид и провеждането на онлайн обучение по спорт. Това се отрази негативно върху нивото на физическа годност на студентите, както и върху някои от антропометрични данни като телесно тегло и ниво на охраненост. Отражение на всичко това несъмнено има и в отношението на студентите към заниманията със спорт.

Много автори определят тениса като спорт, изискващ високо ниво на физическа годност. Според И. Димов (Dimov 2001) тенисът е „игра, която едновременно изисква бързина, сила, издръжливост, гъвкавост и ловкост“! Д. Томов (Tomov 2019) определя „двигателните качества като основата на развитието на двигателните сръчности, които са основата на техниката на играта“. Това неизменно се постига чрез голям обем извършена физическа работа, за което е необходимо обучаваните да имат нужната мотивация. „Мотивацията е основен фактор за ефективност в системни тренировъчни занимания със спорт“ (Karapova 2014).

Основна цел на обучението по тенис в СУ е да се изградят у студентите потребности и навици да спортуват и след завършване на образованието си. От първостепенна важност за постигането ѝ е провеждането на тренировъчни занимания във форма, която да е забавна и мотивираща за обучаемите. „Колкото по-висока е вътрешната потребност за себеусъвършенстване и има позитивни изживявания, свързани с двигателната дейност, толкова по-ниско ниво на амотивация се наблюдава“ (Gigova 2021).

Работна хипотеза. Информацията относно промените в отношението и очакванията на студентите от СУ към обучението по тенис би ни позволила да повишим неговата ефективност.

Цел, задачи и методика на изследване

Целта на изследването е да се подобри обучението по тенис в Софийския университет, като се адаптира тренировъчната работа към настоящите нагласи на студентите.

Определени са три основни *задачи* на изследването.

1. Да се проучат измененията в очакванията на студентите относно тренировъчните занимания по тенис в Софийския университет след премахване на ограниченията.

2. Да установим промените в основните мотиви да изберат именно тениса за системни занимания със спорт.

Да направим изводи, позволяващи ни да променим обучението, така че да го направим по-привлекателно.

Предмет на изследване са някои протичащи процеси в обучението по тенис.

Обект на изследване са 90 студенти от СУ „Св. Кл. Охридски“, участващи в заниманията по тенис.

Методиката на изследване включва:

1. литературно и интернет проучване;
2. анкетно проучване;
3. математико-статистически методи;
4. теоретичен анализ.

Организация на изследването

Анкетното проучване е проведено с анкетна карта, съставена от 14 въпроса, в края на летния семестър на учебната 2021/2022 г.

Най-значимите въпроси касаят учебно-тренировъчния процес и познания за играта тенис.

Резултати от изследването и дискусия

Постигането на целта и задачите на обучението по тенис в голяма степен зависи от стремежа към системни занимания и трайните интереси към тениса. Това изисква от преподавателите по тенис постоянно да имат информация за тези фактори и системно да ги проучват и анализират.

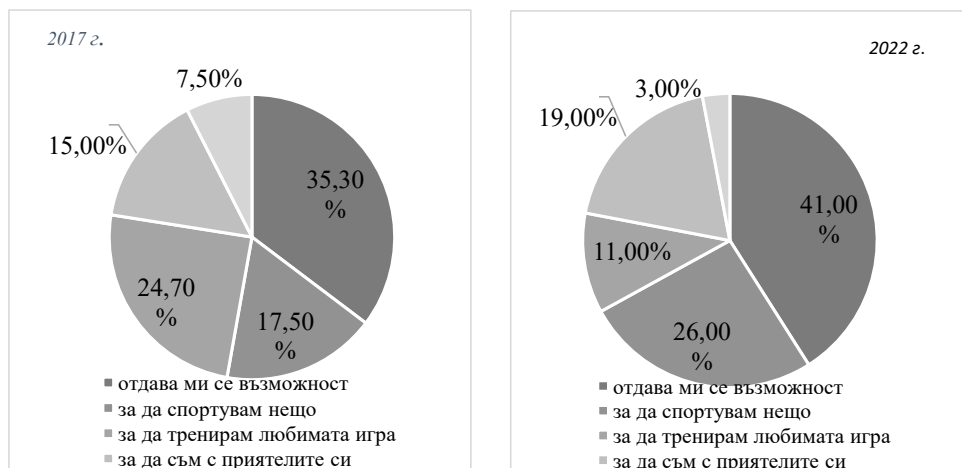
Специален интерес за нас представлява въпросът дали са настъпили промени относно чертите на тениса, които привличат студентите да изберат именно този спорт за занимания. Тези промени установяваме, сравнявайки резултатите с предишни изследвания (Yordanov 2014; Kostadinov 2017).

Болшинството от анкетираните и при двете изследвания на първо място поставят възможността да подобрят своята кондиция и атрактивността на тениса като игра (фиг. 1). В последното ни изследване се наблюдава спад в процента на отговорите, че привлича проявата на интелект в играта. Това ни води до съж-



Фигура 1. С какво ви привлича спортът тенис?

дението, че е намалял броят на разбиращите същността на тениса. Спорт на отворените възможности, с безкрайно много различни ситуации, в които трябва да се взимат бързи и точни решения срещу множество различни противници¹⁾.



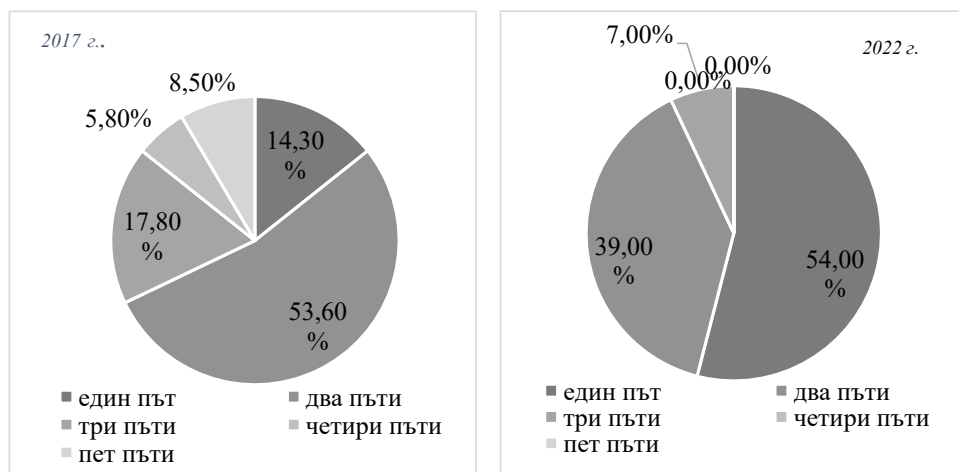
Фигура 2. Защо се записахте в учебните групи по тенис?

Основните мотиви (фиг. 2) за включването на изследваните студенти в групите по тенис са четири и по-долу са дадени по определената от тях значимост. **Първият** мотив и при двете ни изследвания за включване в учебните групи по тенис се формира от разбирането, че след като се отдава възможност за обучение, съответно трябва да се използва. Промяна в нагласите има по отношение на **втория** по значимост мотив. В анкетното проучване от 2017 г. е бил свързан с възможността да се усвои техниката на любимия спорт, а докато през последното е просто за да спортуват нещо. Според нас това е показателно, че е нараснал броят на студентите, които нямат предварителен и целенасочен интерес към тениса. Това е видно и от намалелия процент отговори, че основна причина е да тренират любимата игра. Една част от студентите са избрали тениса, повлияни от избора на своите приятели, и се включват в групата, за да са заедно с тях.

Най-малък относителен дял в отговорите на студентите и при двете ни изследвания е да участват в тенис мачове. Обяснението за това са недостатъчните им познания за значението на участието в състезания, за възпитаването на важни за професионалната кариера и реализация качества и формирането на съответни умения и навици.

Недостатъчно познат е и социалният ефект, който има състезателната дейност. „Всеки един тенис двубой е не само себеизява, но и води до нови запоз-

нанства, социално обозначаване в обществото, защото на тенис корта се срещат хора с различни професии и различен статус“ (Dimitrov & Dimitrov 2015).



Фигура 3. Колко пъти седмично желаете да тренирате?

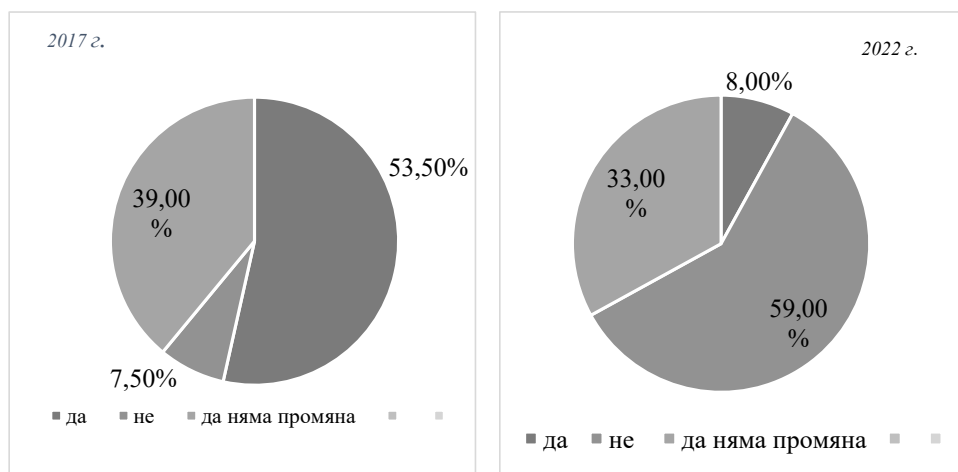
Броят на провежданите тренировки през седмицата е един от много важните фактори за ефективност на учебно-тренировъчния процес. Прави впечатление промяната в процента от отговорите относно оптималния брой тренировки (фиг. 3). Сериозно се е увеличило мнението, че едно тренировъчно занимание е достатъчно, а отговори, изразяващи желание за 4 или 5 тренировки, изобщо липсват. Това сочи, че повечето от участващите в обучението по тенис в настоящия момент, за разлика от колегите си отпреди 5 години, нямат сериозно отношение към заниманията по тенис и не познават основните изисквания на теорията и методиката на спортната тренировка за обем и натоварване. Анкетата по този въпрос позволява да се види увеличаването на броя записали се студенти в групите за обучение по тенис само за да получат заверка и някаква минимална оценка.

Игрите и упражненията със състезателен характер дават разнообразие, голяма динамика и смяна на ситуациите в учебно-тренировъчния процес. Те са това, което повишава интереса и активността на обучаемите.

Прави впечатление намалялото желание за прилагането им в заниманията, като само 8% отговарят положително през последното анкетно проучване, докато в предишните този процент е бил 54%.

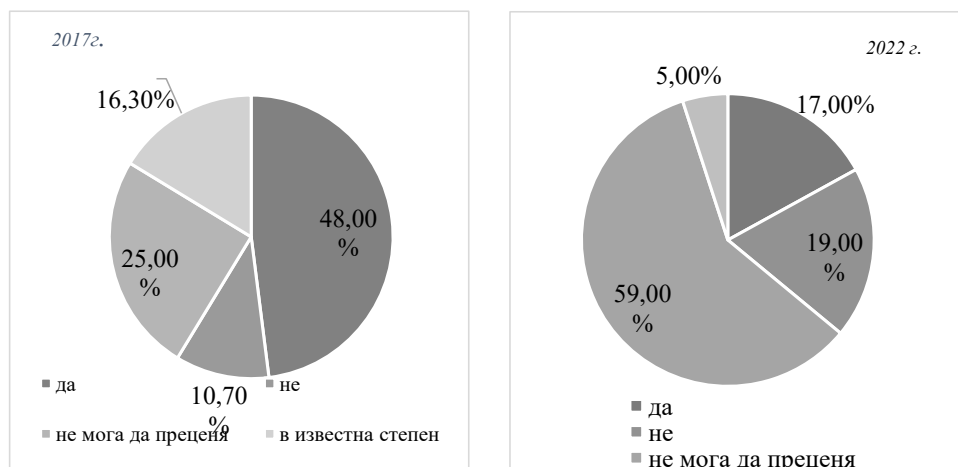
Отдаваме това на факта, че анкетата е проведена в края на учебна година, през която по-голямата част от обучението бе проведено в онлайн среда. Студентите не са имали време да си изградят мнение за игрите и състезанията,

тъй като за този кратък период няма как да придобият основни умения и навици. За да доставя играта удоволствие, трябва да може да се играе.



Фигура 4. Желаете ли в заниманията да има състезателни и игрови елементи?

Заниманията с физически упражнения и спорт влияят положително и върху формирането на готовност за професионална реализация.



Фигура 5. Считате ли, че овладяването на тениса ще Ви се отрази положително за реализацията като специалист?

Учебно-тренировъчната и спортно-състезателната дейност по тенис възпитават такива морално-волеви качества като способност да се преодоляват трудности, съобразителност и устойчивост, концентрация и съсредоточеност на вниманието, умствена работоспособност, способност да се понасят с разбиране, без лични драми пораженията, мобилизация и умения за постигане на победи.

За съжаление, сериозно е намалял броят на студентите (фиг. 5) които считат, че овладяването на тениса ще се отрази положително на реализацията им като специалисти (от 64% до 22%). Една от причините за това според нас е начинът на обучение и работа по време на пандемията. Тези дейности се провеждаха главно в онлайн среда, без пряк личен и визуален контакт между хората.

Изводи и препоръки

Резултатите и анализът от настоящото проучване позволят да се обективизира учебно-тренировъчният процес по тенис на студентите от СУ в постковидния период.

Интересът към повече тренировки седмично и включване на игри и упражнения със състезателен характер в обучението е спаднал. Това налага търсене на средства и форми за възвръщането му, тъй като удоволствието от играта е състезанието.

Прилагането на съвременни методики за обучение, при които студентите са изправени пред взимане на решения в множество различни игрови ситуации, а не просто изпълнение на технически похвати с цел постигане на перфектна техника, би позволило по-пълно постигане на целите на обучението по тенис в СУ.

БЕЛЕЖКИ

1. <https://egalitetennis.net/>

ЛИТЕРАТУРА

- ГИГОВА, И., 2021. Зависимости между състоянието на психическите качества и техническите умения на подрастващи тенисисти. *Спорт & Наука*, год. 1, бр. 4, 37 – 45.
- ДИМОВ, И., 2001. *Тенис: Основи на физическата подготовка*, Методическо ръководство за специалисти, София, Алианс Принт.
- ДИМИТРОВ, В. & ДИМИТРОВ, Д., 2015. Изследване на предлагането на спортно-педагогически услуги по тенис на корт. В: *Научни трудове на Русенския университет*, том 54, серия 8 – 2. Русе.

- ЙОРДАНОВ, Е., 2014. Желания, интереси и отношение на студентите от Софийския университет към обучението по тенис. В: *Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта*. София: Университетско издателство на СУ, стр.61 – 69. София: Департамент по спорт, Софийски университет.
- КОСТАДИНОВ, Р., 2015. Мотивацията, интересите и отношението на студентите от СУ „Св. Климент Охридски“ към обучението по тенис. *Годишник на Софийския университет „Св. Климент Охридски“*, 87(31), 444 – 453. София: Департамент по спорт, Софийски университет.
- КОСТАДИНОВ, Р., 2017. *Игрите в обучението по тенис на студентите от Софийския университет „Св. Климент Охридски“*. София.
- КЪРПАРОВА, И., 2014. Мотивацията като условие за постигане на успех в аеробната тренировка на непрофесионални спортисти. В: *Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта*, стр. 483 – 491. София: Департамент по спорт, Софийски университет.
- ТОМОВ, Д., 2019. Ролята на допълнителната работа за физическа подготовка, при усвояването на спортно-технически умения при 10 – 12-годишни момчета, включени в групи за начално обучение по тенис. *Спорт & Наука*, 2021, стр. 105 – 111. Благоевград: Югозападен университет „Неофит Рилски“.

REFERENCES

- GIGOVA, I., 2021. Zavisimosti mezhdu sastoyaniето na psihicheskите kachestva i tehniческите umenia na podrastvashti tenisisti. *Sport & Nauka*, vol. 1, no. 4, pp. 37 – 45.
- DIMOV, I., 2001. *Tenis: Osnovi na fizicheskata podgotovka, Metodichесko rakovodstvo za spetsialisti*. Sofia: Alians Print.
- DIMITROV, V. & DIMITROV, D., 2015. Izsledvane na predlaganeto na sportno- pedagogicheski uslуги po tenis na kort. In: *Nauchni trudove na Rusenskaia universitet*, vol. 54, series 8 – 2. Ruse.
- KARPAROVA, I., 2014. Motivatsiyata kato uslovie za postigane na uspeh v aerobnata trenirovka na neprofesionalni sportisti. In: *Savremenni tendentsii na fizicheskoto vazpitanie i sporta*, pp. 483 – 491. Sofia: Departament po sport, Sofiyski universitet.
- KOSTADINOV, R., 2015. Motivatsiyata, interesite i otnoshenieto na studentite ot SU „ Sv. Kliment Ohridski“ kam obuchenieto po tenis. In: *Godishnik na Sofiyskia universitet „Sv. Kliment Ohridski*, vol. 87, no. 31, pp. 444 – 453. Sofia: Departament po sport, Sofiyski universitet.
- KOSTADINOV, R., 2017. *Igrite v obuchenieto po tenis na studentite ot Sofiyskia universitet “Sv. Kliment Ohridski”*. [disertatsia]. Sofia: SU.

- TOMOV, D., 2019. Rolyata na dopalnitelnata rabota za fizicheska podgotovka, pri usvoyavaneto na sportno-tehnicheski umenia pri 10 – 12-godishni momcheta, vklyucheni v grupi za nachalno obuchenie po tenis. *Sport & Nauka*, 2021, pp. 105 – 111. Blagoevgrad: Yugozapaden universitet “Neofit Rilski”.
- YORDANOV, E., 2014. Zhelania, interesi i otnoshenie na studentite ot Sofiyskia universitet kam obuchenieto po tenis. In: *Savremenni tendentsii na fizicheskoto vazpitanie i sporta*, pp. 61 – 69. Sofia: Departament po sport, Sofiyski universitet.

STUDY OF THE ATTITUDE OF SOFIA UNIVERSITY STUDENTS TO THE STUDY OF TENNIS AFTER THE COVID PANDEMIC

Abstract. Limited motor activity – during pandemic and distance learning, negatively affects the physical fitness and motivation for sports activities of people of all age groups, including students involved in the tennis training process at the University at Sofia university. Tennis is a sport distinguished by great variability of spatial, temporal and power characteristics of motor activity. This defines it as a difficult game to master. Achieving a good level of technical readiness requires repeated application of the different technical elements, and the size of the physical load is quite high. The achievement of the goal and tasks in tennis training at the University largely depends on factors such as desire for systematic training activities, presence of lasting interests in practicing the game, conscious attitude and active participation in the performance of various exercises. All this leads us to examine the attitudes, desires and interests of students in tennis discipline and to establish whether they are changing as a result of epidemiological restrictions.

This will allow us to conduct full training and achieve faster restoration of normal life rhythm and training work at the university.

Keywords: tennis; training; attitude; desires; interests; motivation

✉ **Dr. Evgeni Yordanov, Assoc. Prof.**

ORCID iD: 0000-0002-2600-8700

Department of Sports

Sofia University

Sofia, Bulgaria

E-mail: evgenibar@abv.bg