

РЕЗЮМЕТА

на научните трудове
на ст. пр. ВАНЯ ЦОЛОВА, доктор

I. ЗА ПОЛУЧАВАНЕ НА ОНС „ДОКТОР“

I.1. Иванов, Й., Б. Цолов, В. Борисова (Цолова). *Три основни проблема пред учебния процес по физическо възпитание и спорт във висшите училища в България.* – В: Годишник на МГУ „Св. Ив. Рилски“, свитък IV, том 48, 2005, с. 103–105 (ISSN 1312-1820).

Анализират се три от основните проблеми, чието решение води до повишаване качеството на учебния процес по физическо възпитание и спорт във висшите училища в България. Като такива се разглеждат: недостатъчният хорариум от часове по физическо възпитание, оптимизирането на учебните програми по предмета и материалната спортна база. Статията отразява поредица от изследвания на авторите, осъществени със студенти и преподаватели от български висши училища. Тя обобщава и изследване с 217 студенти от МГУ „Св. Ив. Рилски“. Използван е богат методически инструментариум – литературен анализ, анкетен метод, беседа, педагогически наблюдения и експертна оценка.

Върху основата на анализа се предлагат решения за усъвършенстване на учебния процес в българските висши училища. Отражават се и някои възможности за повишаване на спортната активност на студентите в тяхното свободно време.

I.2. Цолова, В. *Проблемът за усъвършенстване на учебния процес по физическо възпитание във висшите училища през призмата на образователната му компонента.* – В: „Спорт и наука“, бр. 2, 2011, с. 82–89 (ISSN 1310-3393).

Статията отразява по-детайлно проблема за усъвършенстване на учебния процес през призмата на образователните му цели (т.нар. образователна компонента). Анализът се базира върху изследване на М. Бъчваров, Й. Иванов, Б. Цолов (2005), които изхождат от парадигмата, че основните цели на физическото възпитание на учащите се изразяват в подпомагане на физическото развитие и здравето им, в поддържане на техните физически качества и дееспособност на високо ниво, в съдействие те по-активно и адекватно да бъдат социализирани в обществото. Чрез своите средства физическото възпитание съдейства за духовно развитие на обучавания при изграждане на нравствено-етични и морално-волеви черти в характера му. В съдържанието на тази философия съществува една компонента, която посочените автори наричат „интелектуално знание за спорта, т.е. разбирането за спорта като иманентна част на Homo Sapiens да се движи и упражнява физически, за да поддържа своето здраве в интерес на себе си и обществото“.

Проблемът е допълнен и с анализи на други автори. Всичко това дава основание да се направи заключението, че върху основата на извършените проучвания по отношение състоянието на образователните цели на физическото възпитание във ВУ биха могли да се разработят, експериментират и въведат в практиката усъвършенствани модели на учебния процес по предмета. Те могат да се изградят, повече или по-малко, върху ново (експериментално) съдържание и нова структура на уроците по физическо възпитание, което от своя страна би се отразило положително върху образователно-познавателните представи (вкл. качествата на мисленето) на студентите, а оттам и върху компонентите на тяхната спортна активност.

I.3. Цолова, В., Ек. Тошева. *По проблема за социалните функции на физическото възпитание в образователната система.* – В: Сб. научни доклади „Съвременни технологии на контрол, обучение и оценка по физическо възпитание и спорт в образователната система“, Вн, 2011, с. 128–132 (ISSN 21311-896X).

Образоването, възпитаването и убеждаването на обществото за активно практикуване на физически упражнения и спорт като средство за задоволяване на определени социални потребности е приоритетен въпрос в управление на всяка развита страна. Той, повече или по-малко, засяга здравето и възпитанието на нацията, производителността на труда, социалните взаимоотношения между хората и пр. Ето защо физическото възпитание в образователната система като основна социална сфера на приложение на спорта има за задача също да удовлетворява определени социални (в т.ч. образователни, културни, здравни, възпитателни, спортни и др.) потребности на учащите.

Статията разглежда проблема за същността и особеностите на основните социални функции на физическото възпитание в българската образователна система. Проблемът е анализиран през призмата на редица водещи автори и подкрепен със статистически данни, потвърждаващи някои тревожни тенденции в българското общество.

I.4. Цолова, В., Й. Иванов. *Състояние на физическото възпитание и спорта във висшите училища в Република България.* – В: „Спорт и наука“, бр. 3, 2011, с. 70–79 (ISSN 1310-3393).

Статията анализира състоянието и извежда някои основни проблеми на физическото възпитание и спорта в българските висши училища. Предмет на по-задълбочен анализ са Законът за физическо възпитание и спорт, две национални програми за развитие на физическото възпитание и спорта в Република България, проектът за национална програма за развитието на физическото възпитание и спорта във ВУ за периода 1998–2001 г. и стратегията за развитието на университетския спорт в Република България за периода 2006–2016 г. на БАУС.

Поставят се въпросите за необходимостта заниманията по физическо възпитание да се включат в системата на т.нар. академичен кредит, който се формира от задължителни и избираеми предмети на обучение, за недостатъчния хорариум от задължителни часове по учебната дисциплина, за липсата на ясно регламентиран подход при провеждането на факултативни занимания със студентите, за ефективността на учебния процес по предмета, за състоянието на спортната база и др.

В края се посочват пет основни резерви за повишаване ефективността на процеса по физическо възпитание и спорт в българските висши училища.

I.5. Цолова, В., Й. Иванов. *Физическото възпитание във висшите училища като подсистема и управленски процес.* – В: Сб. научни статии „Научно-приложни аспекти на физическото възпитание и спорта“, ВТ, 2012, с. 15–20 (ISBN 978-954-400-636-5).

Физическото възпитание и спортът във висшите училища се явява съществен елемент в цялостната система на спорта. Анализът на тази подсистема, отчитащ затрудненията, произтичащи от прехода в България, показва, че тя не е в добро състояние. Според редица автори намирането на подходи за усъвършенстването на физическото възпитание и спорта у нас изисква разглеждането на този процес от позициите на систематологията като научно направление, занимаващо се с изучаване на компонентите, свойствата и процесите на системите. Това се налага, тъй като

научнообоснованото и ефективно управление на тази подсистема е възможно само върху основата на нейния систематологичен анализ.

В този смисъл статията разглежда физическото възпитание и спорта в училищата (в т.ч. и във ВУ) като важна подсистема на цялостната система за физическо възпитание и спорт в България, от една страна, а от друга – като елемент от системата на образованието.

Изведени са три основни взаимосвързани модела: 1. Физическото възпитание като подсистема на СФВС; 2. Физическото възпитание на университетско ниво; 3. Физическото възпитание като информационен процес на катедрено ниво.

1.6. Цолова, В. Модел за усъвършенстване на учебния процес по физическо възпитание във висшите училища. Докторска дисертация, ВТ, 2013.

Научният проблем се изразява в несъответствието между образователните цели на физическото възпитание като академична дисциплина и реализирането му в практиката като процес, в който отсъства даването на специализирани знания на студентите за спортуването като значима биологична и социална потребност.

Целта бе да се разработи и внедри модел за усъвършенстване на учебния процес по физическо възпитание във ВУ в България.

Методи: литературен обзор, индуктивно-дедуктивен логически анализ, анкета, беседа, SWOT-анализ, наблюдение, експеримент и тестване, моделиране и математико-статистически методи. Обект на изследване бяха студенти (2 експериментални и 4 контролни групи) по физическо възпитание от три ВУ (МГУ, УНСС и ХТМУ), академични преподаватели, експерти и студенти по спортен мениджмънт – общо 183 лица.

Експерименталният модел включваше прилагането на тематично-образователен план в обучението по физическо възпитание под формата на микролекционен курс. Бе възприета и структурно-съдържателна корекция в отделния урок. Към подготвителната, основната и заключителната част бе добавена и уводна част (с образователна насоченост, 18–20 мин.). Към посочените въздействия бяха включени някои интерактивни техники – смяна на ролите на студентите „от обучавани към обучаващи”. Моделът бе изграден за една учебна година – 60 уч. часа. За оценка на ефективността му бе приложена система от показатели. Бяха изведени 8 основни извода и 2 групи полезни препоръки.

II. ЗА УЧАСТИЕ В КОНКУРСА ЗА „ДОЦЕНТ“ И СЛЕД ПОЛУЧАВАНЕ НА ОНС „ДОКТОР“

A. МОНОГРАФИИ И УЧЕБНИ ПОМАГАЛА

II.1. Цолова, В. *Физическо възпитание във висшите училища. Теория и научно-приложни изследвания.* Изд. НСА ПРЕС, С., 2017, с. 172 (МОНОГРАФИЯ, ISBN 978-954-718-484-8).

Монографията отразява дългогодишен преподавателски и научноизследователски опит на автора в областта на физическото възпитание и спорта в образователната система и конкретно в условията на българските висши училища.

Трудът е структуриран в две основни и систематологично свързани части – теоретични постановки по значими проблеми на физическото възпитание във висшите училища и актуални научно-приложни изследвания, провеждани от и с активното участие на автора.

Теоретичната част обхваща четири раздела. С изключителна важност е разглеждането на проблемите, свързани със социалната същност на спорта в образователната система, систематологичната характеристика на университетското физическо възпитание и спорт, методологичните основи и съдържанието на основните му проблеми.

С важна приложна стойност е втората част на монографията – „Актуални научно-приложни изследвания“. В нея са представени редица изследвания, групирани в следните изследователски направления: 1. Спортологични нагласи на студентите, 2. Влияние на физическата активност върху психиката на студенти, 3. Ефективност на експериментални методики и 4. Структуриране на психофизическата готовност на студенти за действия в трудни ситуации. Може да се подчертае, че някои от изследванията не само са актуални, но се характеризират и с висока степен на иновативност, особено що се отнася до предложените методики.

Разбира се, за читателя-специалист част от тезите и заключенията в труда могат да се сторят дискуссионни. Това обаче не бива да притеснява, а напротив – да предизвиква съдържателен размисъл и да открива нови възможности за усъвършенстване на процеса по физическо възпитание и спорт в условията на българските висши училища.

II.2. Цолова, В, Й. Иванов. *Физическото възпитание във висшите училища – нов методичен подход.* Изд. БПС, С., 2013, с. 107 (УЧЕБНО ПОМАГАЛО, ISBN 978-619-160-238-4).

Едно от изследователските направления в процеса по физическо възпитание във висшите училища, което се подценява, е свързано с образователните цели на предмета – необходимостта да се формират у студентите знания за спорта като средство за противодействие на негативните явления в обществото и за социална адаптация. Впрочем това е и един от най-важните проблеми в учебния процес по физическо възпитание – свързан с недостатъчните знания за ползата от спортуването, което поражда необходимостта от въвеждането на ново съдържание в учебните програми и на нови подходи за реализиране на обучителния процес.

В тази връзка експериментирахме нов методичен подход, който от съдържателна гледна точка може да се разглежда като съставен от два взаимосвързани елемента, отразяващи два по-частни подхода – що се отнася до обучението по физическо възпитание като процес (учебно-образователен) в рамките на учебната година и в рамките на отделното занимание. Подходът бе изграден на

базата на една учебна година, т.е. 60 учебни часа годишно (120 учебни часа за цялото следване) или по 1 занимание (2 учебни часа) седмично. В експеримента участваха общо шест групи от по 20 студенти – три групи мъже, изборно-задължителна форма „футбол” и три групи жени, изборно-задължителна форма „фитнес”. В съдържанието на подхода бе включено засилено образователно съдържание в уроците и използването на подходящи интерактивни техники.

За доказване предимствата на новия подход в процеса на обучение бе разработена и приложена система от показатели за оценка и контрол на ефекта от различните въздействия в четири направления: 1. Обща физическа подготвеност; 2. Специална технико-физическа подготвеност; 3. Психологически характеристики; 4. Анкетно допитване относно общотеоретични и приложни знания и мотиви за спорт.

Върху основата на цялостното изследване бяха изведени полезни изводи и препоръки за практиката.

II.3. Цолова, В. Саморегулация при студенти в трудни ситуации.

Изд. „Авангард-прима“, С., 2015, с. 72 (УЧЕБНО ПОМАГАЛО, ISBN 978-619-160-524-8).

Ефективността на учебната дейност на студентите се определя не само от тяхната психическа готовност и най-вече от мисленето, но и от тяхната физическа готовност в резултат на повишена физическа активност. Следователно необходимо е наред с психическата дейност на студентите да се обърне сериозно внимание и на тяхната физическа дейност. Само когато организъмът е физически здрав, тогава и психическата дейност ще е успешна и логично трудностите в различните ситуации ще се преодоляват без големи усилия.

Трудните ситуации са свързани с преодоляването на много бариери в учебната работа на студентите. Усилието като интегрален фактор на трудността е основен елемент на физическата готовност, която се реализира в практическата дейност. Главен регулатор на дейността е психическата готовност. Физическата и психическата готовност са в единство и изграждат психофизическата готовност. В конкретна трудна ситуация дейността се определя от адекватността на психофизическата готовност.

Саморегулацията на дейността на студентите се определя от формиране на адекватна ситуативна психофизическа готовност. Ето защо в книгата, която може да се използва като учебно помагало за студентите, са представени методи за самооценка на психофизическата готовност и за определяне характера на трудните ситуации. На тази база могат да се избират методи за саморегулация на дейността.

Предложените в труда методи за психическа саморегулация – регулация на дишането, регулация на мускулното напрежение, внушение чрез словесни формули, психофизическа релаксация, контрол на мисълта и моделиране на готовността за действие в бъдещи ситуации – дават възможност за формиране на адекватна психофизическа готовност у студентите за ефективни действия в трудни ситуации. В зависимост от поставените цели и конкретните ситуации, при които ще се действа, студентите могат да избират съответни методи и да ги прилагат в определена последователност.

Б. НАУЧНИ СТАТИИ И ДОКЛАДИ САМОСТОЯТЕЛНИ

II.4. Цолова, В. *Изследване взаимната детерминираност на психическата мобилизация и физическата активност.* – В: Годишник на МГУ „Св. Ив. Рилски“, свитък IV, том 57, 2014, с. 107–110 (ISSN 1312-1820).

Целта на изследването бе да се разкрие детерминираността между психическата мобилизация и физическата активност, както и нейното повишаване при целенасочени въздействия. Обект на изследване бяха 40 студенти, участващи в изборно-задължителната форма по физическо възпитание (спорт по избор). Бе приложена комплексна методика, включваща проучване на литературните източници, наблюдение и педагогически експеримент.

В продължение на една учебна година уроците по физическо възпитание при участващите в експеримента студенти бяха обогатени с нови форми и подходи за реализиране на образователните цели, като по този начин се стимулираха познавателната, двигателната и личностната активност.

Познавателната активност включваше запознаване на студентите с основите на физическото възпитание под формата на микролекция. Двигателната активност се стимулираше с включване на нови упражнения и повишаване интензитета на уроците. Личностната активност се постигаше с включването на интерактивни техники.

Проведени бяха две измервания на психически и физически показатели в началото и в края на изследването. Математико-статистическият анализ показва, че в резултат на приложения методически подход е нараснала психическата мобилизация и се е повишила физическата активност на студентите, като у тях се е формирала по-добра психофизическа готовност за ефективни действия при различни ситуации.

II.5. Цолова, В. *Методика за бързо възстановяване на жизнените енергии при екстремални натоварвания.* – В: Сб. с научни доклади „По някои актуални проблеми на физическото възпитание и спорта“, НСА ПРЕС, 2014, с. 14–21 (ISBN 978-954-718-398-8).

Системното непълно възстановяване на жизнените енергии и натрупването на умора е характерно за голяма част от хората. Ето защо е необходимо по-пълно възстановяване на жизнените енергии.

Известно е, че няколко минути след натоварването около 60–80% от физиологическите функции се възстановяват бързо. Тази фаза на възстановяването е известна като „фаза на бързото възстановяване“. След нея възстановяването протича по-бавно (фаза на бавното възстановяване). Ето защо е необходимо целенасочено да се използват определени средства за ускоряване процеса на възстановяването и в двете фази. Най-голямо внимание при усъвършенстване на методиката за бързо възстановяване се обръща на възможностите на човешкия мозък и по-конкретно на физиологичните механизми на парадоксалната фаза на задържане в кората на главния мозък. Тази фаза на задържане е стадият на бързия (парадоксалния) сън, известен като „алфа състояние“, при което се възстановяват жизнените енергии. От друга страна, в процеса на усъвършенстване методиката за бързо възстановяване при екстремални натоварвания е целесъобразно да се отчитат физиологичните механизми на съвместната дейност на второсигналната и първосигналната система. Основата на тази дейност се изгражда върху предизвикването на условна кортиковисцерална реакция.

Статията разглежда различни практики (упражнения) за възстановяване на работоспособността като проявление на жизнената енергия. Разглеждат се и словесните формули за въздействие, като се подчертава необходимостта словесната

формула да дава определено знание, да указва конкретно действие и да внушава увереност, сигурност, спокойствие, тъй като словото много силно въздейства на емоциите.

Предлагат се подходящи (вкл. и за студенти) методи, обединени в методика за бързо възстановяване на жизнените енергии при екстремални ситуации. Като научни основи при усъвършенстването на методиката за бързо възстановяване на жизнената енергия послужиха разкритите закономерности от редица изследователи и натрупаните емпирични знания. Предложената методика за бързо възстановяване на жизнените сили е усъвършенстван вариант на психофизическата релаксация.

II.6. Цолова, В. *Въздействие на целенасочената физическа активност върху вниманието и психическата работоспособност.* – В: Сб. научни доклади „Аспекти на съвременната подготовка във физическото възпитание и спорта“, НСА ПРЕС, 2015, с. 29–33 (ISBN 978-954-718-406-0).

Изследването се гради върху хипотезата, че целенасочената физическа активност въздейства положително върху основните качества на вниманието на човека (съсредоточеност, интензивност и устойчивост) и така се повишава неговата психическа работоспособност. В този смисъл целта бе да се разкрие въздействието на активните физически движения в процеса на спортната дейност върху вниманието и психическата работоспособност.

Обект на изследване бяха основните качества на вниманието на две групи студенти в МГУ „Св. Ив. Рилски“. Експерименталната група бе съставена от 26 лица, които практикуват целенасочено определен вид спорт, а другата група (контролна) включваше 22 лица, които не практикуват спорт.

Бе използвана комплексна методика, включваща проучване на литературни източници, наблюдение, беседа и тестиране. Основните качества на вниманието и на психическата работоспособност бяха измерени с теста „Коректурна проба“, който съдържа 660 коректури (кръгчета с отвори), обърнати в осем посоки. От изследваните се изискваше бързо да зачертават коректурите, обърнати с отворите нагоре, надолу, наляво и надясно. Отчитаха се броят на пропуснатите (незачертаните) коректури и времето за изпълнението на теста в секунди. По определени формули се изчисляваха коефициентите на основните качества на вниманието – съсредоточеност, интензивност, устойчивост и психическа работоспособност.

Изследването доказва, че системната целенасочена физическа активност оказва положително влияние върху основните качества на вниманието на лицата, които я практикуват. В най-голяма степен това се отразява върху съсредоточеността, интензивността и устойчивостта на вниманието, което от своя страна съдейства и за по-висока психическа работоспособност на спортуващите.

II.7. Цолова, В. *Особености на стратегиите за справяне със стрес при спортуващи и неспортуващи младежи.* – В: Сб. научни доклади „Аспекти на съвременната подготовка във физическото възпитание и спорта“, НСА ПРЕС, 2015, с. 11–16 (ISBN 978-954-718-406-0).

На базата на теоретичния анализ бе изведена хипотезата, че системните тренировки по определен вид спорт изграждат по-съвършена структурата на стратегиите за справяне със стрес. Целта на изследването бе да се установи положителното въздействие от практикуването на определен вид спорт върху стратегиите за справяне със стрес. Обект на изследване бяха 48 младежи (18–20 години), от които 26 практикуващи различни видове спорт (бойни спортове, волейбол, баскетбол, футбол и др.) като експериментална група и 22 непрактикуващи спорт като контролна група.

Стратегиите за справяне със стрес бяха изследвани чрез въпросника COPE – 1, адаптиран за български условия от А. Русинова-Христова и Г. Карастоянов (2000). Тестът включваше 53 айтема, обособени в 14 субскали, разкриващи стратегиите за справяне със стрес. Получените резултати бяха обработени чрез вариационен анализ.

Към обособените субскали, определящи стратегиите за справяне със стрес, бяха включени: активно справяне (C1), планиране (C2), потискане на конкуриращи се активности (C3), въздържане (C4), търсене на инструментална подкрепа (C5), търсене на емоционална подкрепа (C6), позитивно преосмисляне и развитие (C7), приемане (C8), обръщане към религията (C9), фокусиране върху емоциите и изразяването им (C10), отричане (C11), поведенческа дезангажираност (C12), психическа дезангажираност (C13), употреба на алкохол и наркотици (C14).

При анализа на резултатите бяха установени определени закономерности, доказващи положителното въздействие на спортуването върху изграждането на по-добра структура на стратегиите за справяне със стрес. При младежите от контролната група структурата на стратегиите за справяне със стрес бе по-несъвършена.

II.8. Цолова, В. *Физическата активност – значим фактор за понижаване на тревожността.* – В: Годишник на МГУ „Св. Ив. Рилски“, свитък IV, том 58, 2015, с. 88–90 (ISSN 1312-1820).

Целта на изследването бе да установим доколко физическата активност съдейства за понижаване на тревожността. Проведохме констатиращ експеримент с 45 студенти от МГУ „Св. Ив. Рилски“ и ХТМУ (София), разделени в две групи. Участниците в първата група (ЕГ – 23 лица) редовно участват в спортни занимания (приоритетно с футбол и фитнес) поне два пъти седмично извън задължителните часове по физическо възпитание. Студентите в другата група (КГ – 22 лица) не практикуват в свободното си време физическа активност.

Методиката на изследването включваше проучване на литературните източници, наблюдение, беседа и специализирано психологическо тестване. Използван бе стандартизираният тест на Ч. Спилбъргър за установяване на ситуативната и личностната тревожност. Самооценъчната скала съдържа 40 въпроса – съждения, от които 20 са предназначени за оценка на ситуативната тревожност и 20 – за оценка на личностната тревожност. За всеки въпрос са възможни 4 варианта на отговор по степен на интензивност. Обработката на данните се извърши по стандартизиран път.

Анализът на резултатите доказва, че целенасочената физическа активност се явява важен фактор за понижаване на тревожността на практикуващите я. Установи се, че редовно спортуващите студенти имат значително по-ниска ситуативна и личностна тревожност, което е предпоставка да се предполага, че с подобряването на физическата дееспособност при тях се е развила и психика им. Това се потвърждава и от беседата с тях. Те споделиха, че в резултат на редовното спортуване са станали по-уверени в силите си, по-рядко се поддават на негативни мисли, по-често проявяват решителност. Значително се е понижала раздрознителността и тревожността им.

II.9. Tzolova, V. *Description of the Curriculum in Physical Education in Universities in Bulgaria.* –In: „Activities in Physical Education and Sport“, Macedonia, Vol. 6, No 2, 2016, pp. 214-216 (ISSN 1857-7687).

Докладът, изнесен на международен научен форум в Македония, отразява учебния процес по физическо възпитание в българските висши училища. Прави се кратка, но съдържателна характеристика на процеса, като ударението е поставено върху целите, задачите, формите на организация и факторите за ефективност.

Проблемът е разгледан от ретроспективна, теоретико-познавателна и приложна гледна точка. Извършеният в този смисъл кратък системен анализ дава възможност да се изведат някои основни управленски проблеми в университетското физическо възпитание в България. Решаването им би дало възможност да се повиши ефективността на физическото възпитание като учебен процес във висшите училища у нас. А това би се отразило положително върху цялостния образователен процес на студентите.

II.10. Цолова, В. *Формиране на физическа готовност на студенти в уроците по фитнес за действия в трудни ситуации.* – В: Сб. научни доклади „Адаптация на физическото възпитание и спорта на студентите към изискванията на съвременното общество“. Изд. НСА ПРЕС, 2016, с. 75–82 (ISBN 978-954-718-450-3).

Върху основата на извършен теоретичен анализ си поставихме за цел да установим до каква степен редовното изпълнение в уроците по фитнес на подбрани физически упражнения ще съдейства за формиране на физическа готовност на студентите за действия в трудни ситуации. Обект на изследването бяха 23 студенти от първи курс от МГУ „Св. Иван Рилски“, участващи във фитнес уроци в условията на редовния учебен процес по физическо възпитание и спорт. Бе приложена комплексна методика, включваща обзор на литературни източници, беседа, тестване на определени физически и психически показатели и корелационен анализ.

При анализа на резултатите бяха установени някои особености в структурата на измерените специални физически качества. Бе установено, че физическата готовност на студентите, участващи в учебни занятия по фитнес, е задоволителна. Тя обаче не съответства напълно на високите изисквания на екстремите на трудните ситуации. В тази връзка бе разработена специализирана методика за развитие на специалните силови физически качества на студентите. Методиката включва подбрани силови упражнения и методи за психофизически въздействия. Бе планирано тя да бъде системно приложена в уроците по фитнес със студентите от МГУ „Св. Иван Рилски“.

II.11. Цолова, В. *Opportunities for acquiring teaching qualification for Physical Education and for continuing education.* – В: Сб. научни доклади от 60-та международна научна конференция на МГУ „Св. Ив. Рилски“, том 60, 2017 (под печат).

Публикацията има за цел да бъдат разгледани по-подробно възможностите за придобиването на учителска квалификация по физическо възпитание, както и за продължаващо обучение. Чрез аналитичен преглед на действащата нормативна база, както и на практиката в НСА „В. Левски“, са посочени двете основни възможности за придобиване на професионална квалификация „Учител по физическо възпитание“ – в условията на ОКС „Бакалавър“ и в условията на ЦСДК. Разгледани са също и възможностите за придобиване на магистърска степен по специалността „Физическо възпитание“. И при трите обучения е посочена структурата на учебния план.

Във връзка с влезлия в сила от 1.08.2016 г. Закон за предучилищното и училищното образование, както и съобразно Наредба № 12 за статута и професионалното развитие на учителите, директорите и другите педагогически специалисти е разкрита гамата от възможности, които предоставя НСА „В. Левски“ и конкретно ЦСДК за повишаване на квалификацията под формата на т.нар. продължаващо обучение. Посочени са голяма част от утвърдените тематичните курсове и специализации, които предоставя Академията за обучение на учители по физическо възпитание. В края са посочени и основните изисквания за придобиване на

професионално-квалификационни степени от учителите като резултат от достигнатото равнище на квалификация и участието им в продължаващо обучение.

СЪАВТОРСТВО

II.12. Цолов, Б., Й. Иванов, В. Цолова. *Промяна в спортните нагласи на студентите след експериментално изучаване на спортно-образователен курс.* – В: „Годишник на МГУ „Св. Ив. Рилски“. Свитък IV, том 51, 2008, с. 89–92 (ISSN 1312-1820).

Проучването бе насочено към установяване на промяната в нагласите (интересите и потребностите) на студенти след експериментално изучаване на теоретичен спортно-образователен курс. Съдържанието на експеримента включваше формиране на група от 21 студенти (I и II курс) в МГУ „Св. Ив. Рилски“, които в продължение на една учебна година изучаваха лекционен курс „Спортология и интелект“. Курсът с годишен хорариум от 46 учебни часа включваше три модула: „Философски основи на спорта“, „Общотеоретични основи на спорта за всички“ и „Приложни основи на спорта за всички“.

За установяване промяната в нагласите на студентите бе използвана разработена от Й. Иванов (2006) анкетна карта, съдържаща 10 въпроса. Резултатите от експеримента са полезни за практиката. Те потвърдиха необходимостта от промени в образователния процес по физическо възпитание и спорт в МГУ „Св. Ив. Рилски“.

II.13. Цолова, В., Б. Цолов. *Учебна програма за профилирано обучение по „Туризм“ в условията на МГУ „Св. Ив. Рилски“.* – В: „Спорт и наука“, извънреден брой 2, 2009, с. 115–119 (ISSN 1310-3393).

Публикацията отразява разработена учебна програма за профилирано обучение по „Туризм“ в МГУ „Св. Иван Рилски“. Изработването ѝ бе съобразено с учебно-програмните изисквания на предмета „Физическо възпитание и спорт“ и с интересите на студентите.

Програмата бе адаптирана за приложение във всички специалности в Минно-геоложкия университет, като включваше 114 учебни часа в задължителната и още толкова във факултативната форма на обучение. Специфична особеност при нея е, че обучението във всеки семестър включва не само практически уроци (походи), но също и организационно занимание, както и занимание за заверка на семестъра и изпит.

В програмата са включени конкретни туристически маршрути във Витоша, тестове и скала за оценка на студентите.

II.14. Иванов, Й., Б. Цолов, М. Бъчваров, В. Цолова. *Спортолограма на знанието за здравето в края на обучението по спорт в МГУ „Св. Ив. Рилски“.* – В: „Спорт и наука“, извънреден брой 4, I ч., 2010, с. 349–354 (ISSN 1310-3393).

В предишни публикации установихме, че обучението по физическо възпитание и спорт в българските висши училища не се обвързва достатъчно с проблемите на здравето. В тази връзка си поставихме за цел да изследваме становището на студенти от МГУ „Св. Ив. Рилски“ относно същността на здравето, мнението им за практическите страни на обучението по спорт, знанията им за даване на съвети за здравословен начин на живот и др.

Обект на изследване бяха 112 студенти от университета, завършващи третия (предпоследен) семестър на обучението си по физическо възпитание. Използваната анкетна карта включваше 15 въпроса, от които два отворени за свободно дефиниране на отговори, а другите бяха смесени и затворени.

Анализът на резултатите помогна да бъдат изведени конкретни изводи и препоръки за подобряване на учебния процес по „Физическо възпитание и спорт” в МГУ „Св. Ив. Рилски”, които с успех могат да бъдат адаптирани и в други висши училища.

II.15. Tzolov, B., V. Gavrilov, V. Tzolova. *The Problem of State Financing of Sports in Bulgaria.* – In: JURNAL of the University of Chemical Technology and Metallurgy, Vol. 45, Issue 4, 2010, pp. 453-458 (ISSN 1311-7629).

Един от най-значимите проблеми пред спортните организации в България е свързан с финансовото им осигуряване. Без да се подценяват другите осигуряващи фактори, може да се подчертае, че доброто финансиране е основата, върху която системата на спорта може да се гради и развива ефективно, така че да задоволи потребностите на обществото.

Икономическата значимост на спорта върху гражданите е в пряка връзка с източниците и механизмите на финансирането му. Финансирането на спорта се извършва преимуществено чрез: целеви средства от държавните, в т.ч. и общинските бюджети; спонсорство и дарителство; телевизионни и рекламни права; награди за участие в състезания; трансфери на състезатели, треньори, в т.ч. продажбата на спортна методика (ноу-хау); продажбата на билети и карти; отдаване на спортната база под наем и организиране на спортни прояви; предоставяне на спортни услуги; членски внос; глоби и санкции; участие в програми и разработване на проекти; инвестиции и лихви по депозити; акции и търговска дейност на професионалните спортни клубове – акционерни дружества, и др.

Несъмнено един от най-значимите източници е свързан с финансирането чрез държавни средства. В това направление у нас съществуват сериозни проблеми, които се разглеждат по-детайлно в публикацията.

II.16. Иванов, Й., В. Цолова, Бр. Маринов. *Изследване конфликтността при младежи, практикуващи бойни спортове.* – В: Сб. научни статии „Научно-приложни аспекти на физическото възпитание и спорта“, ВТ, 2012, с. 58–62 (ISBN 978-954-400-636-5).

Конфликтът е ситуация на антагонистични (противоположни) отношения между хората, които възникват и се развиват вследствие на непримирими техни позиции. Много често конфликтът се приема като нежелателно явление, тъй като се свързва с агресията, заплахата, спора, враждебността и дори с насилието. Ето защо важен момент за ограничаването му е неговото овладяване.

При практикуването на определен вид спорт състезателите извършват интензивни действия, които до голяма степен понижават нервно-психическото напрежение. Оттук би следвало да се предполага, че практикуването на различни бойни спортове ще повлияе положително върху понижаване на напрежението и конфликтността на спортуващите.

Целта на изследването бе да се установи влиянието на практикуването на бойни спортове върху конфликтността при младежите. Обект на изследване бяха 48 младежи, 28 системно практикуващи бойни спортове (експерименталната група) и 20 – непрактикуващи спорт (контролна група). Приложена бе комплексна методика, включваща проучване на литературни източници, беседа и тестиране с два специализирани психологически теста: 1. Тест за конфликтност, 2. Тест на Кен Томас. Чрез тестовете се установява степента на конфликтност и начините за реагиране при конфликтност.

Анализът на резултатите показва, че лицата, които практикуват системно бойни спортове, са със значително по-ниска конфликтност и избират най-често компромиса като начин за изход от конфликтната ситуация.

II.17. Маринов, Бр., Й. Иванов, В. Цолова. *Усъвършенстване структурата на стратегиите за справяне със стрес чрез активна двигателна дейност.* – В: Сб. научни статии „Научно-приложни аспекти на физическото възпитание и спорта“, ВТ, 2012, с. 91–95 (ISBN 978-954-400-636-5).

Проблемът за изучаването и изграждането на адекватни стратегии за справяне със стреса има голямо значение за съвременния човек. Трябва да се отбележи обаче, че много хора не успяват да изградят такива стратегии, в резултат на което тяхната дейност е неефективна. Те много често не постигат целите си и са по-уязвими от различни стресови фактори.

Целта на изследването бе да се разкрие влиянието на активната двигателна дейност върху усъвършенстване структурата на стратегиите за справяне със стрес. Обект на изследване бяха 52 лица, 25 от които практикуваха вид спорт (експериментална група) и 27 непрактикуващи спорт (контролна група). Приложена бе комплексна методика за изследване, включваща проучване на литературни източници, беседа, анкета и тестиране със специализиран психологически тест, съдържащ 53 въпроса. При тестирането изследваните можеха да избират един от четири възможни отговора, свързани с нивото или проявата на съответното поведение. Оценката се извършваше в балове, като с ключ се изчисляваха 14 първични стратегии.

Анализът показва, че лицата, системно практикуващи вид спорт, изграждат по-съвършена структура от стратегии за справяне със стрес в сравнение с тези, които не спортуват. Системната двигателна дейност допринася активно за усъвършенстване на тези стратегии.

II.18. Цолова, В., Й. Иванов. *Усъвършенстване на учебния процес по физическо възпитание във висшите училища.* – В: Годишник на МГУ „Св. Ив. Рилски“, свитък IV, том 56, 2013, с. 81–84 (ISSN 1312-1820).

Наред с множеството управленски проблеми, съпътстващи университетското физическо възпитание и спорт, все по-значим през последните години е проблемът за повишаване на ефективността на учебния процес по предмета. Ето защо днес има голяма необходимост от провеждането на целенасочени изследвания, които да разкрият различните резерви в тази посока и да създадат възможности за вземането на ефективни, стратегически и оперативни решения.

В тази връзка през учебната 2011/12 г. проведохме SWOT-анализ с преподаватели и експерти-специалисти, чиято цел бе да се установят силните и слабите страни на висшите училища по отношение управлението на учебния процес по физическо възпитание. И на тази база да се разкрият възможности за усъвършенстването му. Извършеният анализ подкрепихме с мненията на студенти по спортен мениджмънт от НСА „Васил Левски“.

Резултатите от изследването се явяват конкретни възможности за усъвършенстване не само на процеса по физическо възпитание със студентите, но и на тяхната цялостна спортна активност като значима социална потребност.

II.19. Цолова, В., Т. Маринов, Цв. Спасов. Изследване на взаимовръзките на психическата и физическата работоспособност на ученици от прогимназиален етап на основната образователна степен. – В: Сб. научни доклади „По някои актуални проблеми на физическото възпитание и спорта“, НСА ПРЕС, 2014, с. 30–38 (ISBN 978-954-718-398-8).

От особен интерес за теорията и практиката е разкриването на особеностите в структурата на психическата, физическата и психофизическата работоспособност на учениците. Анализирането на взаимовръзките между отделните компоненти и произтичащите от тях закономерности би предоставило възможност за осъществяване на правилен подбор на средства и методи, чрез които да се усъвършенства подготовката в учебната работа по физическо възпитание и спорт.

Целта на изследването бе да се разкрият взаимовръзките и закономерностите на психическата, физическата и психофизическата работоспособност на учениците от прогимназиален етап. Изследвани бяха 92 момичета и 87 момчета от 5, 6 и 7 клас.

В резултат от прилагането на психологически и двигателни тестове и след математико-статистическа обработка бе разкрита структурата на психическата и физическата работоспособност на учениците от трите изследвани възрасти. Установи се, че структурата на психическата работоспособност на изследваните е на добро (високо) ниво. От друга страна, в структурата на физическата работоспособност на учениците бяха разкрити слаби корелации между отделните двигателни способности.

II.20. Иванов, Й., Р. Ханчев, В. Цолова, Ив. Ставрева, Евг. Е. Йорданов. Взаимовръзки между наследствените предразположения и психофизическата готовност на студенти за действие в трудни ситуации. – В: Годишник на МГУ „Св. Ив. Рилски“, свитък IV, том 58, 2015, с. 81–84 (ISSN 1312-1820).

Действията на студентите в трудни ситуации се определят от адекватността на тяхната психофизическа готовност. Тя е сложно явление, изградено от съдържателната взаимовръзка между психическа и физическа готовност. Психическата готовност е състояние, детерминиращо адаптацията към изискванията на конкретната ситуация. Основни фактори на структурата ѝ са познавателни, емоционални и волеви. Физическата готовност е състояние, което определя ефективността на практическата дейност и е изградена от двигателните качества. Психофизическата готовност е основата на професионалната дейност, която винаги се извършва при определени условия. Комплексът от условията на средата формира конкретната ситуация. Основен градивен фактор на ситуацията е трудността, която се явява бариера за действията. С нарастване на трудността се повишават изискванията към дейността. В процеса на дейността у студентите се изгражда определена психофизическа готовност. Наследствените предразположения – психически и физически заложби и дарби – също са оказали влияние върху формирането на психофизическата готовност.

За установяване на изложеното дотук проведохме констатиращ експеримент със студенти от МГУ „Св. Иван Рилски“. Измерени бяха значимите показатели на тяхната психическа и физическа готовност. Наследствените предразположения бяха изследвани с нова програма, създадена от научен колектив в гр. Новосибирск, Русия (Genetic test) върху основата на пръстовите отпечатъци на ръцете. Методиката е разработена на базата на науката дерматоглифика, чрез която се изследва характерът на папиларните изображения върху човешките длани. Идентифицирани са характеристики на различни наследени предразположения, свързани с образованието, професионалната дейност, самореализацията, рисковите фактори за здравето, предразположението към напълняване и към зависимости, спорта, поведенческата

адаптация, темперамента, възприемането на новости и др. Бяха разкрити различни взаимовръзки между наследствените предразположения и значимите показатели на психофизическата готовност на студентите за действие в трудни ситуации.

II.21. Димитрова-Денкова, Д., В. Цолова. *Отклоняващо се поведение и спорт*. – В: Сб. научни доклади „Научно-приложни изследвания във физическото възпитание и спорта. НСА ПРЕС, 2015, с. 92–95 (ISBN 978-954-718-426-8).

Статията има теоретичен характер и е насочена към анализ на различни теории и изследвания на отклоняващото се поведение, което е една от най-интересните и най-сложни области в социологията.

Понятието „отклоняващо се поведение“ се появява в края на 50-те години на XX век в американската социология. Изследвания в тази насока са били проведени от Емил Дюркем (1895) за „аномията“, Робърт Мъртън (1949, 1957) за „дисфункцията“, Аарон Сикурел за „етнометодологията“ и други. В него се включват различни по вид и значимост феномени като измама, насилие, корупция, допинг, убийства.

Отклоняващото се поведение според А. Мантарова (1997) е поведение, което нарушава действащите в дадена социална общност правни, морални, политически, религиозни, естетически и други социални норми, то е израз на отживелици, на отклонения от господстващия начин на живот. Има конкретно историческо съдържание и не включва дължащите се на биопсихична патология на личността отклонения в поведението ѝ.

Статията разглежда отклоняващото се поведение в спорта (Foul Play), като го дели условно на два вида: нечестен играч и явен нарушител на правилата. Появата на социалните отклонения са разделени в любителския и професионалния спорт.

Разглежда се развитието на дисфункционален модел на поведение нечестна игра (Foul Play) вместо честна игра (Fair Play), груба агресивност вместо толерантна агоналност. При този модел рязко се проявява т.нар. *мотивационен вирус, победа на всяка цена* и/или личностното развитие, което води до амотивация или егоориентация към „личния интерес“.

II.22. Цолова, В., С. Йорданов, П. Борисова, Л. Тодорова. *Изследване на силовите възможности на жени, практикуващи йога*. – В: Сб. научни доклади „Влиянието на йога върху психиката, физическите качества и здравето“. НСА ПРЕС, 2016, с. 54–59 (ISBN 978-954-718-438-1).

Целта на изследването бе да се да разкрие състоянието и особеностите на проявлението на мускулната сила при жени, трениращи йога. Обект на изследване бяха 53 жени, практикуващи йога, разделени в следните възрастови групи: 25–35 г., 36–45 г. и над 46 години.

Методиката включваше констативен педагогически експеримент. За установяване състоянието на мускулната сила бе използвана тестова батерия, включваща: 1. Тест „Ръчна динамометрия“ (kg); 2. Тест „Станова сила“ (kg); 3. Тест „Седеж – тилен лег – седеж“ (n) и 4. Тест „Клякане за 20 s“ (n). Получените резултати бяха обработени с помощта на вариационен анализ и t-критерий на Стюдънт.

Анализът на резултатите установи, че йога практиката оказва благоприятно въздействие върху състоянието и проявлението на статичната силова издръжливост на хватата на ръцете и силовите възможности на големите мускулни групи (мускулите на гърба и краката). Бяха установени също няколко достоверни разлики в състоянието на силовите способности между различните възрастови групи изследвани, които се обясняват преди всичко с възрастовите закономерности в развитието и проявлението на мускулната сила.

II.23. Димитров, В., В. Цолова, Д. Илиева. *Практикуване на йога като превенция срещу стреса и депресивността.* – В: Сб. научни доклади „Влиянието на йога върху психиката, физическите качества и здравето“. Изд. НСА ПРЕС, 2016, с. 41–46 (ISBN 978-954-718-438-1).

На базата на теоретичен анализ бе изведена хипотезата, че системното практикуване на йога влияе положително върху здравословното състояние, като същевременно понижава стреса, тревожността и депресията.

Целта на изследването бе да се установи положителното влияние на практиките по йога в тази посока. Обект на изследване бяха 64 души. Изследването бе проведено със специализанти по йога към ЦСДК при НСА „В. Левски“. За реализирането му бяха използвани специализирани въпросници: 1. Самооценъчна скала за депресивност на W. ZUNG, 2. Въпросник за изследване на предпочитаните стратегии за справяне със стрес – COPE-1, 3. Въпросник за измерване на възприетия стрес (по S. Cohen, T. Kamarck, R. Mermelstein, 1988). Бе извършен и анализ на снимков материал, направен по време и след занимания с йога.

Анализът на резултатите потвърди работната хипотеза. Важен момент в тази посока е заключението, че с нарастване на възрастта и стажа в работна среда отговорността на човека нараства, което е една от причините за наличието на повече стресогенни фактори. Практикуването на йога като алтернатива на физическата активност на работното място съдейства за понижаване степента на влияние на тези фактори и за оптимизация на труда.

II.24. Цолова, В., Евг. Йорданов, Ил. Баланов. *Фитнесът като средство за физическа активност на студентите от МГУ „Св. Ив. Рилски“ – мотиви и предпочитания.* – В: Годишник на МГУ „Св. Ив. Рилски“, свитък IV, том 59, 2016, с. 129–131 (ISSN 1312-1820).

Изследването е насочено към разкриване отношението (мотиви и предпочитания) на студентите от МГУ „Св. Иван Рилски“ за фитнеса като средство за задоволяване на техните спортни потребности както в редовния учебен процес по физическо възпитание, така и извън него. Обект на проучване бяха 145 студенти (мъже и жени) от университета.

За реализирането на изследването бе разработена анкетна карта. Тя включваше специализирани въпроси с посочени към тях отговори (показатели), които изследваните трябваше да оценят по важност с оценки от 1 до 6.

Анализът на резултатите даде възможност да се открият някои изводи, свързани с мотивите на изследваните за занимания с фитнес, факторите, влияещи върху избора им на определен фитнес център, подходящата за тях форма за фитнес занимания и др.

Изследването предоставя информация, включително и с маркетингова насоченост, която би била полезна за катедрите по „Физическо възпитание и спорт“ при планиране и организиране на фитнес заниманията като средство за физическа активност на студентите. И това се отнася както за редовния учебен процес, така и за организиране на спортуването на студентите в тяхното свободно време.

II.25. Иванов, Й, В. Цолова, Г. Игнатов. *Адаптация на физическото възпитание на студентите към екстремалните ситуации в бъдещата им професия.* – В: Сб. научни доклади „Адаптация на физическото възпитание и спорта на студентите към изискванията на съвременното общество. НСА ПРЕС, 2016, с. 19–29 (ISBN 978-954-718-450-3).

Целта на изследването е да усъвършенства системата на физическо възпитание и спорт във висшите училища чрез насочването и адаптирането на студентите към

изискванията на бъдещата им професионална дейност и предизвикателствата на съвременното общество. За решаването на целта бе приложена специализирана методика, включваща измерване на общо 95 признака на наследствените предразположения в психическото и физическото развитие на студентите, участващи в процеса по физическо възпитание и спорт в МГУ „Св. Иван Рилски“. Получените резултати бяха обработени чрез надеждни математико-статистически методи, а за анализирането на наследствените предразположения бе използвана системата „Genetic-test“ чрез софтуерно-хардуерен комплекс и биометричен скенер.

В изследването се разглежда степента на вроденото предразположение към типа образование, което е важна предпоставка за адаптирането на студентите в съвременното общество и за тяхното професионално развитие.

На тази база в МГУ „Св. Ив. Рилски“ бе апробирана в ограничен брой учебни уроци по физическо възпитание методика за формирането на по-висока психофизическа готовност на студентите в съответствие с изискванията на бъдещата им професия.

II.26. Цолов, Б., В. Цолова. *Алтернативи за следдипломно обучение в спорта*. – В: Сб. „Известия“ на МГУ „Св. Ив. Рилски“, том XVI, 2016, с. 26– 29 (ISSN 13-13-33-22).

Статията разглежда подробно възможностите за следдипломно обучение, включително за получаване на допълнителна (нова) квалификация в спорта. Анализират се няколко основни нормативни документа, които имат пряко отношение към тази квалификация – Закон за висшето образование, Закон за професионалното образование и обучение, Закон предучилищното и училищното образование, Закон за физическото възпитание и спорта, Национален класификатор на професиите и длъжностите в България и Наредба № 2 за професионална правоспособност и квалификация на спортно-педагогическите кадри. Поради всеобхватността на темата и факта, че може би над 90% от спортистите се насочват към учителската, треньорската и спортно-мениджърската квалификация, ударението е поставено върху тях.

И при трите вида квалификации, посочени тук, се прави по-задълбочен анализ на практиката на НСА „Васил Левски“, включително и на дейността на Центъра за следдипломна квалификация в Академията. Посочени са изискванията и хорариумът на учебните планове, по които се придобиват тези квалификации.

В края на статията са посочени и другите възможности, които предоставя следдипломното обучение в НСА „В. Левски“. Става ясно, че се провеждат още редица краткосрочни курсове, които също дават добри възможности за трудова реализация. По-предпочитаните от тях са: „Спортна журналистика“, „Културизъм и фитнес-културизъм“, „Класически, източноазиатски и антицелулитен масаж“, Масаж – рефлексотерапия“, „Аеробика, каланетика, стречинг“ и др.

II.27. Gavrilov, V., T. Marinov, V. Tsoleva. *Influence of the physical activity on the reaction patterns structuring in conflict situations*. –In: „Science, Engineering & Education“, Vol. 1, Issue 1, 2016, pp. 183-187(ISSN 2534-8507).

В редица научни разработки се доказва благоприятното въздействие на физическата активност върху здравето на човека и за понижаването на отрицателните емоционални преживявания (тревога, страх, гняв, агресия и др.). След проведен теоретичен анализ и обобщения бе изведена хипотезата, че физическата активност влияе благоприятно върху формиране на по-хармонична структура на начините за реагиране при конфликти.

Контингент на изследването бяха общо 46 младежи на възраст 18–22 г., от които 24 (експериментална група) са с повишена физическа активност, а останалите (контролна група) не практикуват физически упражнения. Бе приложена комплексна методика. За определяне на типичните начини за реагиране при конфликти бе приложен апробиран тест по Кен Томас. По даден ключ се определят пет начина за реагиране при конфликти: 1) съперничество; 2) сътрудничество; 3) компромис; 4) бягство и 5) приспособяване.

Изследването установи, че младежите, които имат повишена физическа активност, имат по-съвършена структура на стратегиите за реагиране при конфликти. Те са по-склонни към сътрудничество, компромис и приспособяване в сравнение с неспортуващите.

II.28. Gavrilov, V., V. Tsoleva, D. Pleva. *On the psychophysical readiness of students to overcome difficulties in complex situations.* –In: „Science, Engineering & Education“, Vol. 1, Issue 1, 2016, pp. 188-192 (ISSN 2534-8507).

Целта на изследването бе да се установи доколко системната физическа активност при студентите влияе за изграждането у тях на психофизическата готовност за преодоляване на трудности в сложни ситуации. Обект на изследване бяха 62 студенти, от които 32 системно спортуващи различни видове спорт като експериментална група и 30 неспортуващи като контролна група. За реализиране на целта бе приложена комплексна методика, включваща проучване на литературните източници, наблюдение и тестиране.

Отделните показатели на психическата готовност при двете групи бяха изследвани с три специализирани теста: 1. Тест на Ч. Спилбъргър за измерване на ситуативната и личностната тревожност; 2. Стандартен САН-тест (самочувствие, активност, настроение); 3. Тест за сила на волята. За физическата готовност бяха измерени взривната сила на долните крайници с теста „Скок на дължина от място“, скоростно-силовата издръжливост на горните крайници с теста „Лицеви опори за 30 сек.“, скоростната издръжливост с теста „Совалково бягане 10x5 м“ и скоростно-силовата издръжливост на коремните мускули с теста „Коремни преси за 30 сек.“. Получените резултати бяха обработени чрез вариационен анализ.

Анализът показва, че студентите, практикуващи системно спортни занимания, имат изградена по-добра психофизическа готовност за преодоляване на трудности в сложни ситуации в процеса на своята образователна и професионална дейност.

II.29. Pleva, D., V. Gavrilov, V. Tsoleva. *Significance and social functions of sport for all in the contemporary society.* – In: Science, Engineering & Education“, Vol. 1, Issue 1, 2016, pp. 193-200 (ISSN 2534-8507).

В съвременния динамичен свят значението на спорта за развитие на обществото е неоеценимо. Последните тенденции сочат прогресивно увеличаване на здравните и социалните проблеми вследствие от нарастващата хиподинамия сред българското общество. Изследването прави опит върху основата на структурен контент анализ да се разкрият и обосноват функциите на спорта за всички като част от приоритетите на налагащата национална социална политика. Стига се до заключението, че съвременните концепции за управление на двигателната активност на населението се основават на общественото значение (решаване на общественозначими проблеми) на спорта за всички, неговата достъпност (възможности за безплатно спортуване), разнообразност (увеличаване се форми на приложение), адаптивност (участие на различни социално-демографски групи) и икономическа ефективност (икономически потенциал).

Това налага всички субекти в управлението на спорта в свободното време, сред които водеща роля има ММС, да разработят система за целенасочени маркетингови изследвания на спортологичните интереси и потребности на българското общество с цел оптимизиране подходите за тяхното удовлетворяване. А това изисква разработване и реализиране на съвременна национална стратегия и програми за развитието на спорта за всички като механизъм за разрешаване на общественно-значими проблеми.

Ц.30. Маринов, Т., В. Цолова, Д. Нанчева. *Особености в структурата на психофизическата готовност при младежи за действия в кризисни ситуации*. – В: Сб. научни доклади „Физическо възпитание, спорт и кинезитерапия. Научно-приложни изследвания“. НСА ПРЕС, 2017, с. 13–18 (ISBN 978-954-718-461-9).

Целта на изследването бе да се разкрият особеностите в структурата на психофизическата готовност на младежи за действия в кризисни ситуации. Обект на изследване бяха 27 лица на възраст 19–20 години. Методиката включваше констативен педагогически експеримент, като за решаването на целта се използваша следните тестове: 1. Тест за личностна и ситуативна тревожност на Ч. Спилбъргър, 2. Психологически въпросник САН-тест, 3. Спринт на 30 м, 4. Скок на дължина от място, 5. Стъгане в седеж – тилен лег – седеж за 30 сек., 6. Бърпи тест. Получените резултати бяха подложени на математико-статистическа обработка чрез корелационен анализ.

Изследването даде възможност да бъде направена препоръка за усъвършенстване структурата на психофизическата готовност, която се изразява в следното: да се въздейства по-активно за понижаване на тревожността и повишаване на активността на младежите в посока изостряне на наблюдателността, повишаване на интереса към оцеляването и по-голямо желание за изучаване на особеностите при действията в различни кризисни ситуации. Да се работи с тях по-целенасочено за развитие на скоростно-силовите им качества.

Ц.31. В. Tzolov, V. Gavrilov, V. Tzolova. *Possibility for Higher Education in Sport*. – In: Science, Engineering & Education“, Issue 1, 2017 (ISSN 2534-8507).

Статията разглежда възможностите за висше образование в спорта. Проблемът е изключително важен, тъй като именно човешкият фактор е най-важният фактор в развитието на системата за физическо възпитание и спорт. Поради всеобхватността на темата и факта, че може би над 90% от спортистите се насочват към учителската, треньорската и спортно-мениджърската квалификация, ударението е поставено тук, макар че възможностите пред тях са значително повече, и то не само в областта на спорта.

В статията е направен анализ на основната част от нормативната база, регламентираща квалификацията в посочените три професии в спорта. Представени са възможностите за обучение в специализираните български висши училища и конкретно в Национална спортна академия „Васил Левски“ както в условията на бакалавърската, магистърската и докторската степен, така и в условията на продължаващото (следдипломното) обучение.

В края са представени и други възможности, които предоставя следдипломното обучение в НСА „Васил Левски“, извън посочените три професионални квалификации.