



Списание СПОРТ • НАУКА • ОБРАЗОВАНИЕ
Издание на Педагогическия факултет на ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“

Journal SPORT • SCIENCE • EDUCATION
Edition of the Faculty of Education of St. Cyril and St. Methodius University of Veliko Tarnovo

Том II / Книжка 1 (2026)

ISSN 3033-2284 (Print)
3033-229X (Online)

Volume II / Issue 1 (2026)



DOI: 10.54664/AWJI9479

МЕТОДИКА ЗА РАЗВИТИЕ НА СОЦИАЛНИТЕ УМЕНИЯ ПРИ УЧЕНИЦИ ОТ ПЪРВИ КЛАС И ВЛИЯНИЕТО ИМ ВЪРХУ ЛОВКОСТТА

Айтян Юсеинова*

METHOD OF DEVELOPING SOCIAL SKILLS IN FIRST-GRADE STUDENTS AND THEIR IMPACT ON AGILITY

Aytyan Yuseinova

Abstract: Social skills are vital for children because they allow them to build positive relationships with peers, understand and manage their own emotions (empathy and emotional intelligence), as well as cope successfully in various social situations such as games, conflicts, and teamwork. These skills are the foundation for social-emotional development, self-esteem and adaptation in school and later in life.

The aim of the study is to determine the role of the specific playing forms of the subject of Physical Education and Sports in primary school for the socialization of students, as a factor for improving motor quality agility.

Keywords: social skills, social environment, physical activity, development, sports-preparatory games, mobile games

ВЪВЕДЕНИЕ

Новата образователна парадигма изправя традиционното българско училище пред предизвикателствата на XXI век и изискванията на съвременното общество – да открие ефективни подходи за обучение и възпитание, в съзвучие с „новото време“, да подготви младите хора в съответствие със социалните потребности, да осигури възможности за усвояване на необходимия социален опит, обем от знания, умения и ценности, гарантиращи успешното им включване в обществото.

Необходимо е образователната система в България да продължи да се осъвременява в посока на ориентирано към компетентности обучение чрез въвеждане и установяване на добри иновативни практики и методи за изграждане на социална компетентност. Тя е важна част от ключовите компетентности в Европейската референтна рамка за учене през целия живот. Социалната компетентност се базира на способността за ефективно, съответстващо на изискванията поведение на

* **Айтян Юсеинова** – докторант към катедра „Теория и методика на физическото възпитание“, Педагогически факултет, Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методий“, e-mail: aytyan_yuseinova@abv.bg

личността в социални ситуации и осигурява постигане на различни цели в социалния живот на Аз-а, който е живот с другите (Илиев, 2020; Десев, 1999; Иванов, Иванов, 2006).

В учебния процес по физическо възпитание и спорт (ФВС) се формира морална, творческа и автономна личност, способна да се реализира пълноценно, да развива способностите си и да превъзмогва трудностите за социализиране (Гюрова и кол., 2006). Възпитават се социално-нравственото, интелектуално-психичното и двигателното развитие на ученика, който се моделира като личност и се създават условия за неговата социализация. В тази връзка специалистите по ФВС трябва да търсят методи, форми и средства на работа, адекватни на съвременните тенденции, да разчупят шаблона, като осигуряват на децата среда, гарантираща успешна работа и изява (Давидов, 2015). Необходима е промяна в обучението, възпитанието и социализацията на обучаваните, което предполага гъвкав и адаптивен процес, с прилагане на иновативни образователни технологии – приоритет в работата на учителя (Мизова, Цветанска, 2013; Кюркчийска, 2020; Давидова, 2005).

В Закона за предучилищното и училищното образование е заложена необходимостта от придобиване на социални компетентности, необходими за успешна личностна и професионална реализация и активен граждански живот в съвременните общности. Такъв подход дава възможност за успешна личностна и професионална реализация за формиране на жизнена позиция чрез адекватна социализация в съвременните общности (Закон за предучилищното и училищно образование, 2015; Колишев, 2013).

Темата, разгледана в настоящата статия, е актуална поради факта, че социалната компетентност като ключова за XXI век се отразява в различни сфери от живота на детето – в образованието, в комуникацията, във взаимодействието му със заобикалящия го свят, в умението за постигане на успех и лично благополучие.

Целта на изследването е да се определи ролята на специфичните игрови форми на обучение по „Физическо възпитание и спорт“ в началното училище за социализацията на обучаемите като условие за подобряване на двигателното качество ловкост.

МЕТОДОЛОГИЯ

Обект на емпиричното изследване е процесът на развитие на социални умения при ученици от първи клас в урока по спортни игри.

Предмет на изследването са експерименталната методика, прилагана в уроците по физическо възпитание и спорт, и влиянието ѝ върху развитието на социални умения при ученици от първи клас.

Задачи:

1. *Да се проучат* теоретичните основи за ролята на играта за развитието на социалните умения на детето.

2. *Да се разработи и приложи* в условията на урока по ФВС (област „Спортни игри“) експериментална методика за развиване на ключови социални компетентности в игрова среда, за стимулиране осмислянето на социалното поведение и отношенията между учениците от първи клас.

3. *Да се проследи* ефектът ѝ върху социалните умения – сътрудничество, дисциплина, уважение, емпатия, асертивност и други – и влиянието им върху ловкостта при учениците.

Организация на изследването:

В експеримента участват 180 първокласници, разделени в експериментална група (ЕГ) и контролна група (КГ). В рамките на една година в ЕГ се провеждат уроци с разработена експериментална методика, докато КГ следва традиционна методика.

Методиката се основава на целенасочено планиране, методическа последователност и педагогическа рефлексия. Изградена е върху основата на базови педагогически методи и подходи:

Методи, използвани в експерименталната методика:

За осъществяване на двигателната дейност: игрови; състезателен; групов; метод на двигателно упражняване за развиване на двигателните качества и други.

Интерактивни: групови дискусии на проблемните ситуации в урока; разширяване на съдържателния обхват на общуването; емоционална ангажираност на учениците; равнопоставеност на партньорите в комуникацията в процеса на обучение; активна преработка на информацията; динамичност на взаимодействията; активна роля на обучаемите.

Методи на изследване: анкетно проучване, контролно измерване на взаимоотношенията и социалните умения в изследваните групи, изследване на двигателното качество „ловкост“, използва се стандартен „Т-тест“ (s).

Подходи, прилагани в урока:

Мотивиране на учениците за активно участие в урока; създаване на подходяща среда за обучение; организиране на градивни и стимулиращи ситуации за игра; проблемност в обучението; диференциран подход; самостоятелна работа; активна подкрепа от спортния педагог и връстниците; динамична смяна на дейности и вариативни дейности; създаване на възможности за самостоятелен избор на партньори и средства за двигателно упражняване; вербална и невербална комуникация; проверка на ефекта от приложените варианти на собствени решения за изпълнение на двигателна дейност; обучение в дух на сътрудничество, взаимопомощ, доверие. Всеки урок по спортни игри включва последователни дейности, необходими за развитие на социалните умения.

Средства за реализиране на задачите в урока: спортни и спортно-подготвителни упражнения и игри за разучаване, затвърждаване и усъвършенстване на техниката на основните елементи на волейбола, баскетбола, хандбала и футбола; подвижни и щафетни игри за първи клас. В тях се включват елементи от изучени спортно-подготвителни и спортни игри; упражнения и игри за овладяване на някои тактически умения от изучаваните по учебна програма видове спорт.

Примерно съдържание на урока по ФВС

1. *Подготвителна част* – въвеждат се нивата на поведение, отговорности и се изпълняват чрез специални подготвителни упражнения за загряване, които дават възможност на учениците да разберат и регулират поведението си по време на протичане на урока. Провежда се кратък разговор с тях: напр. „Какво е да бъдеш добър приятел в играта?“. Изясняват се правилата за поведение по време на игра: например да не се караме, да изчакваме реда си, да помагаме и т. н.

2. *Основна част на урока* – изпълняват се двигателни дейности по учебната програма за първи клас:

– *Спортно-подготвителни игри.* В тях се спазват изискванията за: техника на изпълнение, за спортсменство и уважение на противника; спазване на правилата на игрите; взаимодействие с другите – сътрудничество, работа в екип; активно слушане и споделено внимание; проява на емпатия – доверие и приятелство; уверено поведение и други.

– *Щафетни и подвижни игри.* Класифицирани са според приложените упражнения и включенията в тях подходи, методи за развитие на социалните умения, включени в разработената методика.

– *Игри с бягане.* „Риболов“: взаимодействие с другите, сътрудничество, работа в екип; „Неспойната колона“: социално общуване – активно слушане и споделено внимание, вземане на решения, поставяне на цели, критично мислене; „Котката идва“: отношения, нагласи, емоционална компетентност и управление на емоциите; „Настъпи въжето“: вземане на решения, поставяне на цели, критично мислене, адекватно социално поведение и други.

– *Игри със скачане.* „Подскачащи колони“: взаимодействие с другите, сътрудничество, работа в екип, социално общуване, активно слушане и споделено внимание; „Врабчета и котка“: критично мислене, адекватно социално поведение; „Опасна зона“: емоционална компетентност – управление на емоциите; асертивно поведение – уверено поведение, самопредставяне и други.

– *Игри с хвърляне и тласкане.* „Атакувана топка“: адекватно социално поведение, способности за взаимодействие; „Да бие, да бие...!“: критично мислене, социална адекватност на поведението; „Топовиден изстрел“: любознателност, самооценка/самопознание, изразяване на благодарност, откритост и други.

– *Примерни щафетни игри.* „Сръчни строители“: взаимодействие с другите – сътрудничество, работа в екип, социално общуване – активно слушане и споделено внимание „От крак

на крак“: работа в екип, асертивно поведение – уверено поведение, самопредставяне, взаимодействие с другите – сътрудничество, работа в екип; „Скачане с чувал“: асертивно поведение – уверено поведение, самопредставяне, взаимодействие с другите – сътрудничество, работа в екип и други.

3. *Заклучителна част на урока.* Осъществяват се анализ и оценка на поведението на учениците, обсъжда се възможността за демонстрация на дадено поведение по време на урока с различните видове игри и лични преживявания. Поставят се задачи за изпълнение в домашна обстановка.

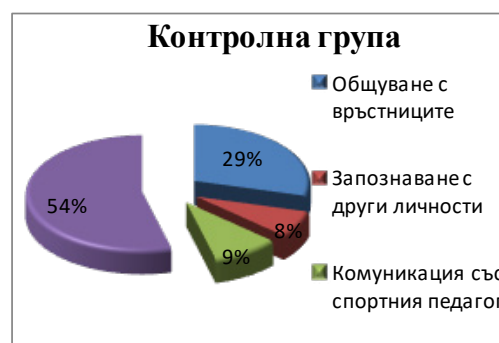
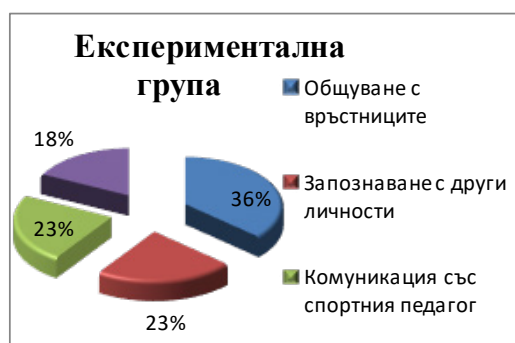
Уменията на учителя за водене на вербална и невербална комуникация в учебния процес имат значение за обратната информация, за обяснението на двигателните задачи по достъпен за възможностите на учениците начин, за посочване на специфичните аспекти на играта.

РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЯ

1. *Анкетно проучване* – свързано е с оценяването на потребността от общуване между учениците, между тях и спортния педагог, степента на удовлетвореност от участието в урока по ФВС. Айтемите са разпределени в пет основни групи, таблица 1.

Таблица 1. Групи потребности от общуване и участие в процеса на обучение

Видове потребности	Номера на айтемите
Общуване с връстниците	6, 9, 10, 11, 12
Запознаване с други личности	7
Комуникация със спортния педагог	2
Потребност от участието в урока по ФВС	1, 3, 4, 5, 8, 13, 14



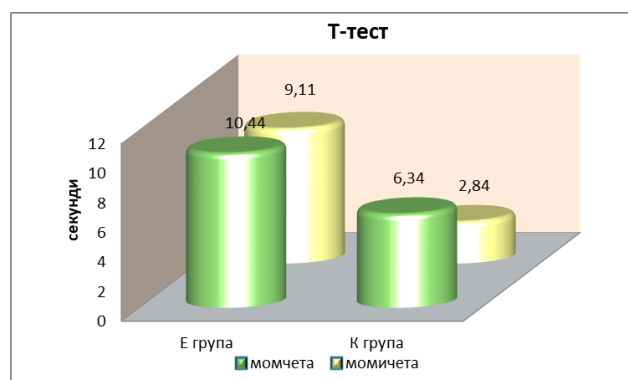
Фигура 1. Сравнителни крайни резултати за процентното разпределение на отговорите от проучване на общуването между 7-годишни ученици от изследваните групи, между тях и спортния педагог в урока по физическо възпитание и спорт – анкетна карта за ЕГ и КГ

От фигура 1. се виждат сравнителните крайни резултати между двете групи по изследваните айтеми. Силно впечатление прави установената процентна разлика за видовете потребности в полза на ЕГ. Това означава, че приложеният модел за развитие на социалните умения на учениците от тази група е променил приоритетите им, така че всяка потребност има значение за тях, а именно: 36% заема потребността от общуване с връстниците, 23% – запознаването с други личности, 23% – комуникация със спортния педагог и 18% – потребност от участие в урока по ФВС.

От анализиранияте сравнителни крайни резултати се вижда, че в ЕГ учениците увеличават в значителна степен потребностите си от общуване с връстниците и учителя и от запознаване с други лица. Заниманията със спорт и обучението по физическо възпитание и спорт в училище притежават голям потенциал за изграждане на различни социални умения при ученици от първи клас. Тяхното изграждане не е закономерен резултат от самата двигателна дейност. Това може да

се постигне чрез прилагане на спортно-педагогически модел, който включва специфични методи, подходи и техники.

2. Изследване на двигателното качество „ловкост“.



Фигура 2. Абсолютен прираст на резултатите от изследването на ловкостта при 7-годишни ученици, „Т-тест“ (s)

Констатираните промени в края на експерименталния период сочат по-висок абсолютен прираст на ловкостта, изследвана с „Т-тест“ (s) за децата от ЕГ (фигура 2.). За момчетата от ЕГ е регистрирано значително подобрение, като абсолютният прираст е 10,44 s. За КГ той е значително по-малък.

Изследването на ловкостта при момичетата от ЕГ показва подобрение на резултатите с 9,11 s. В КГ увеличението е минимално – 2,84 s.

Факторите, влияещи върху развитието на ловкостта, са свързани с приложената експериментална методика при ЕГ, която не само че стимулира развитието ѝ, но и създава условия за по-ефективно обучение чрез: засилване на мотивацията за участие в двигателни дейности; формиране на самоконтрол и саморегулиране при изпълнението на двигателни задачи; повишаване на интереса към спортните игри и физическата активност.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В края на експеримента учениците от експерименталната група демонстрират по-добро ниво на качеството „ловкост“ в сравнение с тези от контролната група, което потвърждава ефективността на подходите, методите и средствата за развитието на това двигателно качество. Прилагането на експерименталната методика допринася за по-добри резултати и цялостно развитие на двигателните и социалните умения на учениците. В края на приложениия спортно-педагогически експеримент се наблюдава и повишаване на потребностите от общуване с връстниците и учителя и от запознаване с други лица.

Може да заключим, че заниманията със спорт и обучението по физическо възпитание и спорт в училище притежават голям потенциал за изграждане на различни социални умения при ученици от първи клас. Компонентите на образователния процес по физическо възпитание и спорт – обучение, възпитание и социализация – се допълват и в тяхната връзка се крие успеха за формиране на социални компетентности – предиктор за социализация.

ЛИТЕРАТУРА

Гюрова, В., Божилова, В., Вълканова, В., Дерменджиева, Г. (2006). *Интерактивността в учебния процес*. София: Европрес. // Gyurova, V., Bozhilova, V., Valkanova, V., Dermendzhieva, G. (2006). *Interaktivnostta v uchebnia protses*; Sofia: Evropres.

Давидов, Д. (2015). Теоретични занятия по физическо възпитание и спорт в образователната ни система. Същност и значение. *Педагогически алманах*, брой 2/2014, с. 94–99. // Davidov D. (2015). Teoretichni

znaniya po fizichеско vazpitanie i sport v obrazovatel'nata ni sistema. Sashtnost i znachenie. *Pedagogicheski almanah*, broj 2/2014, s. 9—99.

Давидова, Т. (2005). Възможности за формиране на готовност у деца за действие в сложни ситуации чрез подвижните игри. *Спорт и наука*, бр. 3 // **Davidova, T. (2005).** Vazmozhnosti za formirane na gotovnost u detsa za deystvie v slozhni situatsii chrez podvizhnite igri. *Sport i nauka*, br. 3.

Десев, Л. (1999). Педагогическа психология. Психопедагогика. София: Аскони. // **Desev, L. (1999).** *Pedagogicheska psihologia. Psihopedagogika*, Sofia: Aksoni.

ЗАКОН за предучилищното и училищното образование, обн. ДВ, бр. 79 от 13.10.2015 г., в сила от 1.08.2016 г. // **ZAKON za preduchilishtnoto i uchilishtnoto obrazovanie**, obn. DV, br. 79 ot 13.10.2015 g., v sila ot 1.08.2016 g.

Иванов, С., М. Иванов. (2006). Социална психология. Шумен: УИ „Епископ Константин Преславски“. // **Ivanov, S., M. Ivanov. (2006).** *Sotsialna psihologia*. Sofia: UI “Episkop Konstantin Preslavski”.

Илиева, В. (2020). Социална адаптация и социализация. *Годишник на ШУ „Епископ Константин Преславски“*, Педагогически факултет, Т. XXIV D, с. 135–148. // **Iliev, V. (2020).** Sotsialna adaptatsia i sotsializatsia, *Godishnik na ShU “Episkop Konstantin Preslavski”*, *Pedagogicheski fakultet*, T. XXIV D, s. 135–148.

Колишев, Н. (2013). Педагогическите умения на учителите. Стратегии за учебно мотивиране на учениците. София: Захарий Стоянов. // **Kolishev, N. (2013).** *Pedagogicheskite umenia na uchitelite. Strategii za uchebno motivirane na uchenitsite*. Sofia: Zahariy Stoyanov.

Кюркчийска, В. (2020). Иновативни образователни технологии в условия на приобщаващо образование, Шумен: УИ „Епископ Константин Преславски“. // **Kyurkchiyska, V. (2020).** *Inovativni obrazovatelni tehnologii v uroka na priobshtavashto obrazovanie*. Shumen: UI “Episkop Konstantin Preslavski”.

Мизова, Б., С. Цветанска. (2013). Изследователски гледни точки към проблема за социално-комуникативната компетентност на педагогическите специалисти. *Реторика и Комуникации*. Достъпно на: <https://rhetoric.bg/социално-комуникативната-компетентн> // **Mizova, B., S. Tsvetanska. (2013).** Izsledovatelски gledni točki kam problema za sotsialno-komunikativnata kompetentnost na pedagogicheskite spetsialisti. *Retorika i komunikatsii*. Dostapno: <https://rhetoric.bg/социално-комуникативната-компетентн>