



**СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ „СВЕТИ КЛИМЕНТ  
ОХРИДСКИ”**

---

Департамент за информация и усъвършенстване на учители  
Катедра „Хуманитарно образование”

**ДИПЛОМНА РАБОТА**

**професионално-педагогическа специализация**

**Тема: Ролята на обучението по спортна психология за  
формиране на мотивация при ученици от XI клас в контекста  
на учебно-тренировъчната дейност**

**Научен ръководител:**

доц. д-р Ивайло Прокопов

2022 г.

## СЪДЪРЖАНИЕ:

<b>УВОД</b> .....	3
<b>ПЪРВА ГЛАВА</b> .....	4
1.1. Теоретични основи на разработката.....	5
1. 1. 1. Успехът като мотивационен фактор на спортната дейност.....	6
1.1.2. Ролята на мотивацията в спортната дейност.....	8
1.2. Дидактически аспекти.....	10
<b>ВТОРА ГЛАВА – добри педагогически практики</b> .....	12
2.1. <b>Урок по спортна психология на тема: Психическа подготовка в спорта.</b> Същност и видове. Цели и задачи. Методи на психическа подготовка.....	15
2.2. <b>Урок по спортна психология на тема: Мотивация и спорт. Управление на</b> мотивацията в спорта.....	18
2.3. <b>Урок по спортна психология на тема: Воля и спорт. Волеви качества на</b> спортиста. Управление на волевата активност по време на тренировка и състезание. Волева подготовка на спортиста.....	20
2.4. <b>Урок по спортна психология на тема: Темперамент и характер. Формиране и</b> развитие на личността.....	24
<b>ТРЕТА ГЛАВА – цел, задачи, методи и анализ на резултати от изследването</b> .....	26
3.1 Цел и задачи на изследването.....	26
3.2. Методи на изследване.....	27
3.3 Резултати и анализ от тест за оценка на мотивацията чрез тест на Т.Елерс «Мотивация за избягване на неуспехи».....	27
3.4. Резултати и анализ от тест за оценка на мотивацията чрез тест на Т.Елерс «Мотивация за успех».....	28
<b>ИЗВОДИ И ПРЕПОРЪКИ</b> .....	29
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	31
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	33
<b>ИЗПОЛЗВАНА ЛИТЕРАТУРА</b> .....	45

## УВОД

В това забързано ежедневие в което живеем, актуален проблем е отговорът на следните въпросите „Как се стигна дотук?“ , „Защо децата ни растат немотивирани?“, „Защо нямат амбиции, цел, ценностна система?“ И редно е да се огледаме, да видим какво им липсва, защо се толкова незаинтересовани, толкова объркани за бъдещето си. Изборът е пред тях, важно е да поемат по правилния път. Път изпълнен с цели, с мечти, с желания, за едно по-добро начало, за едно по-красиво бъдеще и за една по-успешна реализация. Да обърнем внимание на добрите практики, да вземем най-доброто от заобикалящия ни свят и да се посветим в изпълнение на нашите цели и мечти.

В началото на XXI в. светът се изправи пред едно от най-големите си предизвикателства – пандемията от COVID-19 . Последствията на тази криза оказаха влияние върху всички основни сфери на обществения и личния живот. Не знаехме какво да очакваме, как да действаме, за да защитим най-ценното – нашия живот. Извънредното положение в България, въведено с оглед епидемичната обстановка, изправи хиляди деца и семейства пред редица предизвикателства с които те се опитваха да се справят всеки ден. Проблемът със здравето, психичните тревоги, онлайн образованието бяха част от проблемите, които трябваше да бъдат разрешени в спешен порядък.

Мерките, които бяха взети за обучение в електронна среда от разстояние (ОРЕС) не се оказаха чак толкова ефективни. При въвеждането на забраните за посещенията на Учебните заведения децата и родителите бяха изправени пред един труден избор. Дали ще могат да се справят със ситуацията техните деца, дали някой ще трябва да стои с тях въкъщи през целия ден, дали ще могат да усвоят преподадения материал от разстояние? Каква ще е тяхната концентрация, като липсва пряк контрол? Въпреки старанието от учителите, изборът беше у децата, да внимават ли, да слушат ли, или да ... се разсейват, или... да спят. Процесът на обучение беше труден, както за учителите, така и за децата, защото не беше практикуван такъв метод за преподаване от разстояние. Материалът, който трябваше да се усвои от учениците не беше преподаден пълноценно, защото обратната връзка се губеше. И ние преподавателите не бяхме сигурни в това, какво са разбрали учениците и как ще се справят с поставените им задачи. Всички бяхме ентузиазирани, че нещата се получават, но като че ли се отвори една дълбока пропаст, в която учениците попаднаха без да се усетят. От ден на ден, започнаха да мързелуват, започна да им харесва ситуацията да не правят нищо, все повече губеха мотивация за учене. Оценките които им се поставяха не бяха реални за знанията, които притежават.