

СТАНОВИЩЕ на Доц. Боряна Ангелова-Игова, д-р

за

Дисертационен труд за придобиване на образователна и научна степен  
„Доктор“

Професионална направление: 1.3.

Педагогика на обучението по докторска програма: „Физическо възпитание в  
образователната система“

На Ива Тодорова Барова

„Модел за смесено обучение по аеробика при студентите от УНСС“

Научен ръководител: проф. Елеонора Милева, ДН

Дисертационният труд на Ива Тодорова Барова, разглежда изключително актуална и значима тема в съвременното висше образование – разработване и апробиране на модел за смесено обучение по аеробика за студентите в Университета за национално и световно стопанство (УНСС). Работата е насочена към съчетаването на традиционните спортно-практически занятия с модерни информационно-комуникационни технологии, използвайки платформата Moodle, с цел повишаване на мотивацията и ефективността на учебния процес в областта на физическото възпитание и спорт.

Дисертацията на Ива Барова засяга важната тема за спорта в университета и по специално аеробиката. Аеробиката в университетска среда се отнасят до групови упражнения, които се фокусират върху подобряване на сърдечно-съдовата система, гъвкавостта и силата. Много университети предлагат програми по аеробика като част от учебните си програми за развлечение или физическо възпитание. Упражненията по аеробика подобряват здравето: Аеробиката помага за повишаване на ефективността на сърдечно-съдовата система, изгаряне на калории и подобряване на общите нива на

трудоспособност. Класовете предоставят възможност на студентите да се срещнат с нови хора и да се включат в академичната среда.

Дисертацията има класическа структура и се състои от увод, три глави, изводи и препоръки, литература и приложения. Трите основни глави логично и последователно развиват темата.

В първата глава авторката прави задълбочен литературен обзор, разглеждайки историческото развитие на физическото възпитание и спорт в УНСС, спецификата на аеробиката като учебна дисциплина, както и теоретичните основи и парадигмите на смесеното обучение. Този теоретичен фундамент е изграден върху богат набор от източници (137 литературни източници, 75 на латиница), което свидетелства за сериозен научен подход и задълбочено познаване на предметната област. Описани са основните характеристики на обучението по спорт във висшите учебни заведения. Като последователно е конкретизиран проблема, като се преминава през спецификите на преподаването на спорт в УНСС и конкретно към преподаването на аеробика. Дадена е подробна информация за необходимостта от практикуване на спорт, за приемането на учебните програми по спорт в УНСС и по-конкретна информация за методите за обучение по аеробика и оценяването на студентите. Наблегнато е и на смесеното обучение по вид спорт. Смесеното обучение предполага и включването на нови технологии. В дисертацията са описани програмата MOODLE, която се прилага в много от университетите в страната. Направена е връзката между възможностите на програмата и преподаването на вид спорт, чрез различни похвати, като се започне през бихевиоризъм, конструктивизъм и т.н.

Във втората глава се формулират ясно хипотезата, целите и задачите на изследването, като се описват приложените методи и организацията на изследователския процес. Използването на комплексен методологичен апарат – анализ на литература, анкетни проучвания, педагогически експеримент, тестове за двигателна дееспособност и психологически показатели, както и

експертна оценка – гарантира надеждността и валидността на получените резултати.

Според хипотезата смесеното обучение ще повиши интереса към занимания със спорт, в частност аеробика. Има амбициозната цел да създаде модел за смесено обучение по аеробика, конкретно за нуждите на студентите от УНСС, като за целта си поставя следните задачи – анализ на литературни източници, установяване отношението на студентите от УНСС към предмета, разработване и апробиране на специализиран модел на обучение по аеробика, да се проучи удовлетвореността на студентите, влиянието на разработения модел върху двигателната дееспособност и върху психологическите показатели. Поискано е и мнение на експерти.

Изследвани са 119 студенти от УНСС. Методиката на изследването следва поставените задачи. Приложени са анкетен метод, проучване на литературни източници, педагогически експеримент и спортно педагогически тестове за изследване на показатели на двигателната дееспособност. Изследването е организирано в четири етапа разпрострени в 6 годни, което време позволява да се извадят сериозни и устойчиви данни.

Третата глава представя анализ на резултатите от проведените изследвания, които подкрепят хипотезата за ефективността на разработения модел за смесено обучение. Барова демонстрира, че прилагането на модела стимулира положително отношение към учебния процес, подобрява двигателната дееспособност и определени психологически функции като концентрация на вниманието и кратковременна зрителна памет сред студентите от експерименталната група. Резултатите от анкетите и педагогическото наблюдение подчертават високата степен на удовлетвореност и мотивация при участниците, а експертната оценка потвърждава качеството на дизайна на курса. 91% от изследваните лица са удовлетворени от проведения курс, 78% приемат, че са натрупали знания и умения. 52 % предпочитат задължително присъствие в часовете, докато 46 % проявяват интерес към смесената форма. Най-предпочитаната платформа в УНСС Teams, Moodle, Google Clasroom, Facebook Messenger, Zoom. От изследваните лица 87 % биха използвали

платформата Мудъл. Методиката на преподаване в смесена среда е представена в цялата си плътност, като се започва от историята на аеробиката и се стигне до практическите упражнения. Според мен доста добър подход на преподаване, това показват и изследванията. Резултатите от проведените изследвания показват , че студентите са подобрили своята дееспособност.

Дисертацията прави значим принос в областта на педагогиката на физическото възпитание, като предлага иновативен модел за смесено обучение, адаптиран към специфичните нужди на студентите в икономически университет. Това комбинира традиционните физически упражнения с дигиталната среда и новите технологии, което е особено актуално в контекста на предизвикателствата, породени от пандемията COVID-19 и дигиталната трансформация на образованието.

Авторката не само разработва теоретичната рамка, но и осъществява емпирично изследване, което потвърждава приложимостта и ефективността на модела. Високият научен стил, системният подход и детайлната методология са отличителни белези на труда.

Приложените методи са адекватни и добре съчетани, позволяващи комплексен анализ на различни аспекти – от мотивацията и отношението на студентите до конкретни двигателни и психологически показатели. Използваните тестове и инструменти са валидирани и подходящи за целите на изследването. Организацията на педагогическия експеримент, включващ контролна и експериментална група, осигурява надеждност на извлечените изводи.

Дисертационният труд не остава само в теоретичната област, а предлага конкретни препоръки за внедряване на модела както в УНСС, така и в други висши училища в България. Авторката подчертава необходимостта от по-нататъшни изследвания за оценка на готовността на участниците и за оптимизация на модела, което показва осъзнаване на динамиката и комплексността на процеса на внедряване на иновации в образованието.

Заклучение

Дисертационният труд на Ива Тодорова Барова е добре структурирана, задълбочена и научно обоснована разработка, която внася значителен принос в развитието на смесеното обучение по физическо възпитание и спорт във висшите учебни заведения. Този труд е пример за успешно съчетаване на традиционни и иновативни подходи, подкрепен от убедителни емпирични данни и експертни оценки. Давам отлична оценка и считам, че резултатите от дисертационната работа могат да бъдат широко приложими в образователната практика. Ива Тодорова Барова заслужава да получи образователна и научна степен „Доктор“ в професионална направление: 1.3. Педагогика на обучението по докторска програма: „Физическо възпитание в образователната система“.

Доц. Б. Ангелова- Игова, д-р  
Национална спортна академия „Васил Лески“  
Сектор „Философия и социология на спорта“

OPINION of Assoc. Prof. Boryana Angelova-Igova, PhD

on

Dissertation for the award of the educational and scientific degree "Doctor"

Professional field: 1.3.

Pedagogy of education in the doctoral program: "Physical Education in the Educational System"

By Iva Todorova Barova

"A Model for Blended Aerobics Training for Students at the University of National and World Economy"

Scientific Supervisor: Prof. Eleonora Mileva, D.Sc.

The dissertation work of Iva Todorova Barova examines an extremely relevant and significant topic in modern higher education - development and testing of a model for blended aerobics training for students at the University of National and World Economy (UNWE). The work is aimed at combining traditional sports-practical classes with modern information and communication technologies, using the Moodle platform, in order to increase the motivation and effectiveness of the learning process in the field of physical education and sports.

Iva Barova's dissertation addresses the important topic of university sports, specifically aerobics. Aerobics in a university environment refers to group exercises that focus on improving the cardiovascular system, flexibility, and strength. Many universities offer aerobics programs as part of their recreational or physical education curricula. Aerobic exercises improve health: Aerobics helps increase the efficiency of the cardiovascular system, burn calories, and improve overall levels of work capacity. Classes provide students with the opportunity to meet new people and get involved in the academic environment.

The dissertation has a classical structure and consists of an introduction, three chapters, conclusions and recommendations, literature, and applications. The three main chapters logically and consistently develop the topic.

In the first chapter, the author makes an in-depth literature review, examining the historical development of physical education and sports at the UNWE, the specifics of aerobics as an academic discipline, as well as the theoretical foundations and paradigms of blended learning. This theoretical foundation is built on a rich set of sources (137 literary sources, 75 in Latin), which testifies to a serious scientific approach and in-depth knowledge of the subject area. The main characteristics of sports education in higher education institutions are described. The problem is consistently specified, going through the specifics of teaching sports at the UNWE and specifically to the teaching of aerobics. Detailed information is given on the need to practice sports, on the adoption of sports curricula at the UNWE and more specific information on aerobics teaching methods and student assessment. The emphasis is also on blended learning by type of sport. Blended learning also implies the inclusion of new technologies. The dissertation describes the MOODLE program, which is applied in many universities in the country. The connection is made between the capabilities of the program and teaching a type of sport, through various approaches, starting with behaviorism, constructivism, etc.

The second chapter clearly formulates the hypothesis, goals and objectives of the study, describing the applied methods and the organization of the research process. The use of a complex methodological apparatus - literature analysis, questionnaire surveys, pedagogical experiment, tests for motor ability and psychological indicators, as well as expert assessment - guarantees the reliability and validity of the results obtained.

According to the hypothesis, blended learning will increase interest in sports activities, in particular aerobics. It has the ambitious goal of creating a model for blended learning in aerobics, specifically for the needs of students from the UNWE, and for this purpose sets the following tasks - analysis of literary sources, establishing the attitude of students from the UNWE to the subject, developing and testing a specialized model of aerobics training, studying student satisfaction, the influence of the developed model on motor ability and psychological indicators. The opinion of experts was also requested.

119 students from the UNWE were surveyed. The research methodology follows the set tasks. A survey method, a study of literary sources, a pedagogical experiment and sports pedagogical tests were applied to study indicators of motor performance. The study was organized in four stages spread over 6 years, which allowed for the extraction of serious and sustainable data. The third chapter presents an analysis of the results of the conducted studies, which support the hypothesis of the effectiveness of the developed model for blended learning. Barova demonstrates that the application of the model stimulates a positive attitude towards the learning process, improves motor performance and certain psychological functions such as concentration of attention and short-term visual memory among students from the experimental group. The results of the surveys and pedagogical observation highlight the high level of satisfaction and motivation among the participants, and the expert assessment confirms the quality of the course design. 91%

of the respondents are satisfied with the course, 78% believe that they have gained knowledge and skills. 52% prefer mandatory attendance in classes, while 46% are interested in the blended form. The most preferred platform at UNWE is Teams, Moodle, Google Classroom, Facebook Messenger, Zoom. Of the respondents, 87% would use the Moodle platform. The methodology of teaching in a blended environment is presented in all its density, starting from the history of aerobics and ending with practical exercises. In my opinion, a fairly good teaching approach, this is also shown by the research. The results of the research show that the students have improved their ability to act. The dissertation makes a significant contribution to the field of physical education pedagogy by proposing an innovative model for blended learning, adapted to the specific needs of students at an economic university. This combines traditional physical exercises with the digital environment and new technologies, which is especially relevant in the context of the challenges posed by the COVID-19 pandemic and the digital transformation of education.

The author not only develops the theoretical framework, but also conducts empirical research, which confirms the applicability and effectiveness of the model. The high scientific style, systematic approach and detailed methodology are distinctive features of the work.

The applied methods are adequate and well-combined, allowing for a comprehensive analysis of various aspects - from the motivation and attitude of students to specific motor and psychological indicators. The tests and instruments used are validated and appropriate for the purposes of the study. The organization of the pedagogical experiment, including a control and experimental group, ensures the reliability of the conclusions drawn.

The dissertation work does not remain only in the theoretical field, but offers specific recommendations for implementing the model both at the UNWE and in other higher education institutions in Bulgaria. The author emphasizes the need for further research to assess the readiness of the participants and to optimize the model, which shows awareness of the dynamics and complexity of the process of implementing innovations in education.

## Conclusion

The dissertation work of Iva Todorova Barova is a well-structured, in-depth and scientifically based work that makes a significant contribution to the development of blended learning in physical education and sports in higher education institutions. This work is an example of a successful combination of traditional and innovative approaches, supported by convincing empirical data and expert assessments. I give an excellent assessment and believe that the results of the dissertation work can be widely applicable in educational practice. Iva Todorova Barova deserves to receive the educational and scientific degree "Doctor" in the professional field: 1.3. Pedagogy of Education under the doctoral program: "Physical Education in the Educational System".

Assoc. Prof. B. Angelova-Igova, Ph.D.



National Sports Academy "Vasil Leski"  
Sector "Philosophy and Sociology of Sport"