



ИЗСЛЕДВАНЕ НА МУСКУЛНИЯ БАЛАНС И РАЗРАБОТВАНЕ НА ПЕДАГОГИЧЕСКА МЕТОДИКА ЗА САМОРЕГУЛАЦИЯ В ОБЛАСТТА НА ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ, ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТА – ПЪРВИ ЕТАП

ПРОЕКТ 2019-RU-05

Тема на проекта: Изследване на мускулния баланс и разработване на педагогическа методика за саморегулация в областта на физическата активност, физическото възпитание и спорта – първи етап (за студенти, преподаватели и служители от Русенския университет „Ангел Кънчев“)

Ръководител: Доц. д-р инж. Асен Асенов
Гл. ас. д-р Искра Илиева

Работен колектив: проф. д-р Антоанета Момчилова д-р, доц. д-р инж. Борис Евстатиев, гл. ас. д-р Емил Янков, доц. д-р инж. Цветелина Георгиева, доц. д-р Мария Николова, доц. д-р инж. Вярка Ронкова, доц. д-р Десислава Стоянова, доц. д-р Валентина Василева, доц. д-р Ася Велева, гл. ас. д-р Десислава Баева, Тончо Балбузанов, Павел Стоянов, Свилен Костадinov, Димитър Трифонов, Цвета Христова, Йоана Луканова, Станислав Пеичев; Докторанти: Станислав Певев, Искрен Петров, Надежда Паскова, Ива Челик, Полина Атанасова, Екатерина Иванова, Девян Стайков, Росица Ангелова, Иво Балевски, Иван Петров, Димитър Камаринчев; Студенти:

Адрес: 7017 Русе, ул. „Студентска“ 8, Русенски университет „Ангел Кънчев“
Тел: 082-888 225
E-mail: asasenov@uni-ruse.bg; isilieva@uni-ruse.bg

Цел на проекта: Да се изследва мускулния баланс и да се разработи педагогическа методика за саморегулация в областта на физическата активност, физическото възпитание и спорта (за студенти, преподаватели и служители от РУ „Ангел Кънчев“)

Основни задачи: 1. Анализирани на литературни източници, относно телесната стойка, симетрията на пропорциите на тялото, мускулния баланс, фитнес гимнастиката; 2. Разработване на педагогическа методика за изследване на мускулния баланс. 3. Проектиране, изработване и прилагане в практиката на системата за измерване на мускулния баланс.

Основни резултати: Направен е анализ на литературни източници и са проектирани три варианта на системата за измерване на мускулния баланс. Избран е оптимално ефективен. Проведени са симулационни изпитания предимствата на проектираните системи. Проектирана и разработана е база от данни. Разработена е системата. Проведени са измервания.

Публикации: Evstatiev B, Ilieva I, Asenov A., E. Yankov. A System for Measurement of the Asymmetry between Left and Right Shoulders, SIITME 2019, Cluj-Napoca, Romania (IEEE, Scopus, WoS). Илиева И., А. Момчилова, А. Велева, Е. Иванова (2019) Игров подход за постигане и поддържане на правилна телесна стойка при подрастването. НК 19 РУ&СУ, vol. 58/ Стоянова Д., В. Василева, И. Илиева, Д. Стайков. Родителите и учителите като мотиватори за физическата активност на подрастването. НК 19 РУ&СУ, vol. 58/ Христова Ц., И. Илиева, И. Луканова. Изследване на потребности за знанията с физическа активност на студенти от спец. «АКУШЕРКА», РУ «А. КЪНЧЕВ» и тяхната мотивация за участие. НК 19 РУ&СУ, vol.58.

Други:

АНОТАЦИЯ

АНОТАЦИЯ

НАЧАЛОТО – ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ, ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ
ОЗДРАВИТЕЛНИ, ОБРАЗОВАТЕЛНИ, ВЪЗПИТАТЕЛНИ ЗАДАЧИ - Насочени са към потребностите на аристокрацията, а в последствие в структурирана гимнастическа методика, която да въздейства благоприятно на човешкото тяло за всички социални групи. Подготвят се и се въвеждат методики по гимнастика в училищата за възпитаване на младото поколение в здравословни навици и физическа култура.



ДНЕС - В Международната карта за физическо възпитание и спорт на ЮНЕСКО специално се изтъква, че "всяко човешко същество има основно право на достъп до физическото възпитание и спорта, които са изключително важни за развитието на неговия физически, интелектуален и нравствен потенциал".

Взема се под внимание, факта, че физическата активност е един от най-ефективните начини за профилактика на болести и средство за борба със затлъстяването, повишаване на психичното здраве и не на последно място за профилактика и борба срещу аръбначни изкривявания.

Постигането и поддържането на мускулен баланс на човешките положения и движения е в основата на системата за физическа активност, физическо възпитание и спорт. Осъществяването на тази дейност все още няма официален регламент като оздравителна и образователна задача.

Ето защо е необходимо разработването на съответната педагогическа методика.

PROJECT 2019-RU-05

Project title: Research of the muscular balance and development of a pedagogical methodology for self-regulation in the field of physical activity, physical education and sport - first stage (for students, lectors, teachers and employees from "Angel Kanchev" University of Ruse

Project director: Assoc. Prof. Eng. Assen Asenov, PhD
Chief Assist. Iskra Ilieva, PhD

Project team: Prof. Dr. Antoaneta Momchilova PhD; Assoc. Prof. Eng. Boris Evstatiev, PhD; Chief Assist.: Eng. Emil Yankov, PhD, Assoc. Prof. Eng. Tsvetelina Georgieva, PhD; Assoc. Prof. Maria Nikolova, PhD; Assoc. Prof. Valentina Vassileva, PhD; Assoc. Prof. Desislava Stoyanova, PhD; Assoc. Prof. Assya Veleva, PhD; Chief Assist.: Desislava Baeva, Toncho Balbuзанov, Pavel Stoyanov, Svilen Kostadinov, Dimitar Trifonov, Tsveta Hristova, Ioanna Lukanova, PhD; Stanislav Peichev, PhD, PhD students: Stanimir Penev, Iskren Petrov, Nadezhda Paskova, Iva Celik, Polina Atanasova, Ekaterina Ivanova, Deyan Staykov, Ivan Petrov, Dimitar Kamarinchev, Students.

Address: University of Ruse, 8 Studentska str., 7017 Ruse, Bulgaria
Phone: +359 82-888 225
E-mail: asasenov@uni-ruse.bg; isilieva@uni-ruse.bg

Project objective: To exploring the muscular balance and to develop a pedagogical methodology for self-regulation in the field of physical activity, physical education and sport (for students, teachers and employees of the "Angel Kanchev" University of Ruse

Main activities: 1. Analysis of literary sources, regarding body posture, symmetry of body proportions, muscle balance, fitness gymnastics; 2. Development of pedagogical methodology for the study of muscle balance. 3. Design, development and implementation of a system for measuring muscle balance.

Main outcomes: Literary sources have been analyzed and three variants of the system for measuring muscle balance have been designed. Optimally effective is selected. Simulation strength calculations of the designed systems have been carried out. A database is designed and developed. The system has been developed. Measurements have been taken.

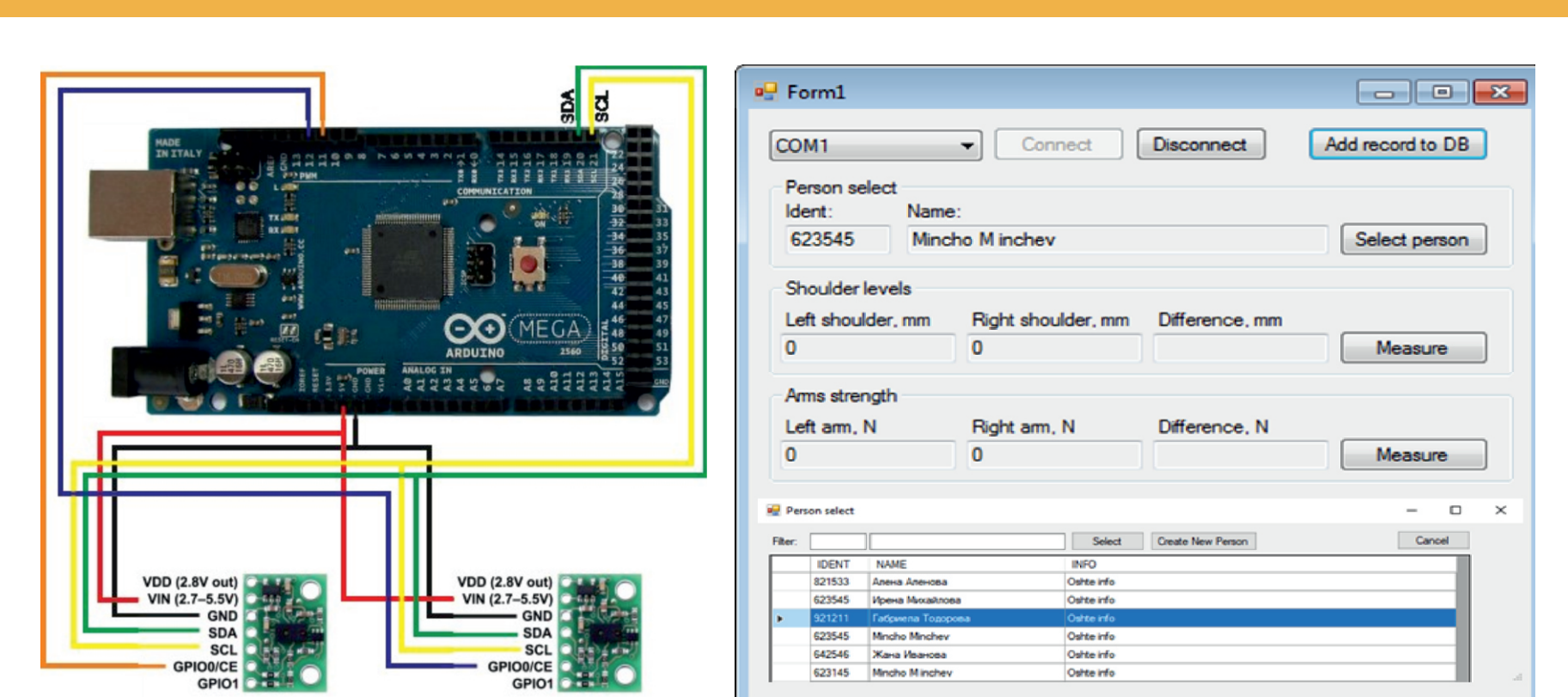
Publications: A paper abstract has been submitted "A System for Measurement of the Asymmetry between Left and Right Shoulders", SIITME 2019, Cluj-Napoca, Romania (IEEE, Scopus, WoS). Ilieva I., A. Momchilova, A. Veleva, E. Ivanova (2019) GAMING APPROACH TO ACHIEVING AND MAINTAINING PROPER BODY POSTURE AT CHILDREN'S, NK19RU&SU, vol. 58/ Stoyanova D., V. Vassileva, I. Ilieva, D. Staykov (2019) PARENTS AND TEACHERS AS MOTIVATORS FOR YOUNG PEOPLE'S PHYSICAL ACTIVITY, NK19RU&SU, vol.58/ Hristova Ts., I. Ilieva, Y. Lucanova. (2019) INVESTIGATION OF NEEDS FOR PHYSICAL ACTIVITIES OF STUDENTS' SPECIALTY "MIDWIFE" AT UNIVERSITY OF RUSE AND THEIR MOTIVATION TO PARTICIPATE, NK19RU&SU, vol. 58, ISSN 2603-4123.

Others:

ОБРАЗОВАТЕЛНИ ТАБЛА



КОНТРОЛЕР ЗА ПРЕОБРАЗУВАНЕ НА АНАЛОГОВИТЕ СИГНАЛИ В ЦИФРОВИ И СОФТУЕР ЗА СЪБИРАНЕ НА ДАННИ

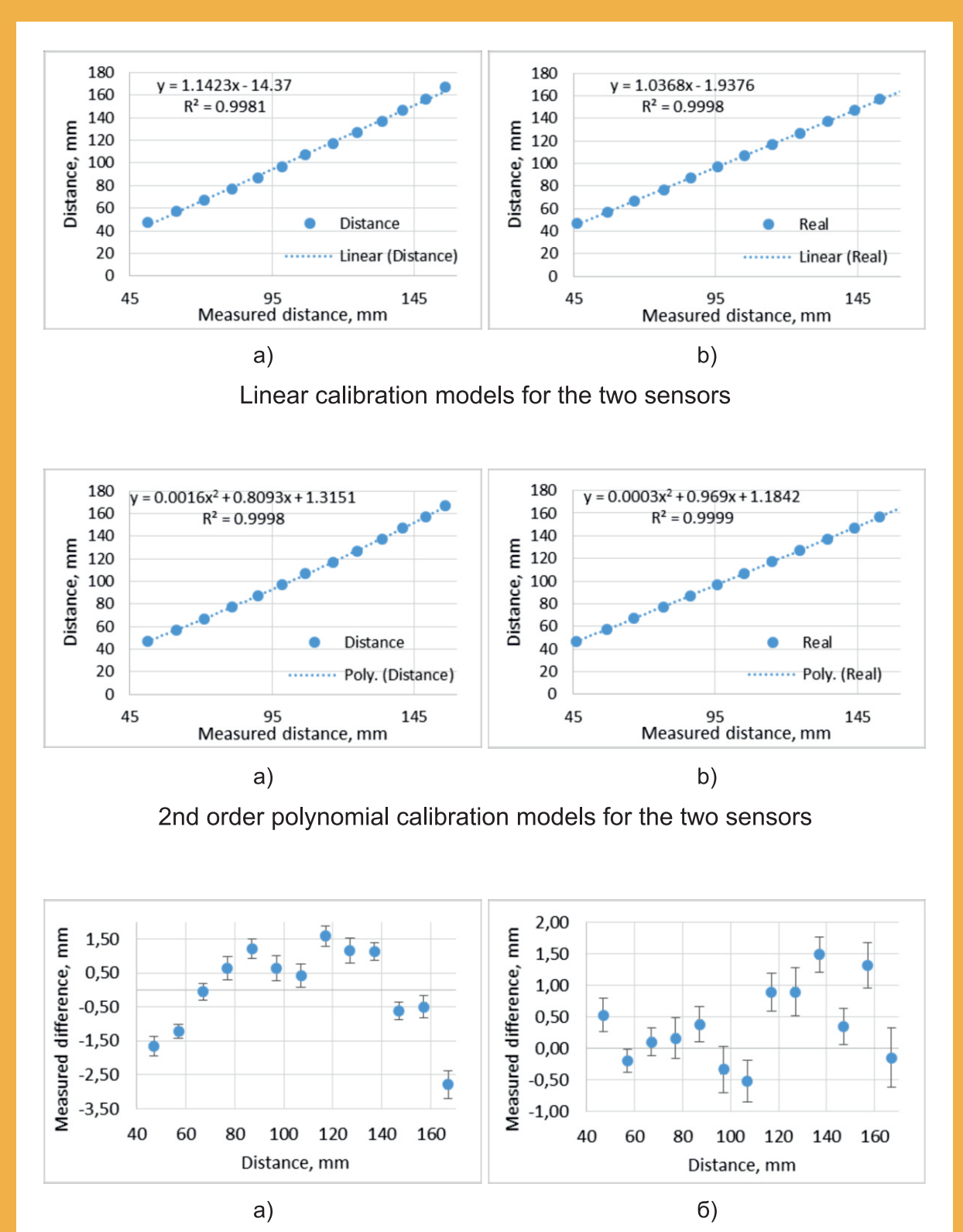


Интерфейсни връзки между Arduino Mega 2560 и сензорите за разстояние VL6180X
Основен изглед на разработения софтуерен панел и допълнителен прозорец за избор на изследваното лице, за което се въвеждат и обработват данни

ИСТОРИЯ



ИЗБОР НА МОДЕЛ ЗА КАЛИБРОВКА НА СЕНЗОРИТЕ



РЕЗУЛТАТИ ОТ ПРОВЕДЕНИТЕ ИЗСЛЕДВАНИЯ

