

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ИГРОВОЙ ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ВУЗЕ

Волчкова Надежда Юрьевна

студент, Институт электроэнергетики и электротехники, Казанский государственный энергетический университет, РФ, г. Казань

Васенков Николай Викторович

канд. биол. наук, доцент, Казанский государственный энергетический университет, РФ, г. Казань

FEATURES OF THE APPLICATION OF THE GAME FORM OF CONDUCTING PHYSICAL EDUCATION CLASSES AT THE UNIVERSITY

Nadezhda Volchkova

Student, Institute of Electric Power and Electrical Engineering Kazan state power Energy University, Russia, Kazan

Nikolay Vasenkov

Associate Professor, Deputy Head of the Department for SD Kazan state power Energy University, Russia, Kazan

Аннотация. Статья посвящена особенностям применения игровой формы проведения занятий по физическому воспитанию в вузах. В статье рассматривается общее влияние этого метода, а также рассматриваются влияние отдельных игр.

Abstract. The article is devoted to the features of the application of the game form of conducting physical education classes in universities. The article discusses the overall impact of this method, and also examines the impact of individual games.

Ключевые слова: Физическая культура, игровой метод, соперничество, влияние, личностные качества, эмоции.

Keywords: Physical culture, game method, rivalry, influence, personal qualities, emotions.

Физическое воспитание подростков в университетах и других учебных заведениях является важной частью их обучения и формирования их личности. Главными целями физического воспитания в вузах являются: укрепление здоровья, получение подростками жизненно необходимых умений, стремление к конкуренции и воспитание качеств, присущих личности.

И с помощью игровой формы проведения занятий эти цели могут быть достигнуты.

Игра по своему существу это тип деятельности, цель которой лежит не в результате, а в процессе его достижения. Мы любим игры с раннего детства. Они учат нас быстро находить выход из сложных ситуаций, улучшают внимательность и сообразительность, способствуют работе в команде [1, 2].

Игровой метод широко используется на уроках физической культуры в школе. Благодаря ему, решаются многие задачи, стоящие перед учителем. Проводятся эстафеты, командные игры, такие как футбол, волейбол, баскетбол, вышибалы.

Эти игры служат для подростка развлечением, приносят много положительных эмоций, заботятся о его здоровье. В вузах на предмете «Физическая культура» игровому методу уделяется гораздо меньше внимания. Студенты сдают нормативы ГТО, что несомненно способствует улучшению их физических качеств, но гораздо интереснее для подростка было бы сыграть в командную игру, которая поднимет настроение, а также поможет ребятам подружиться [3, 4].

Игровой метод это комплекс мероприятий, которые помогут улучшить выносливость, силу, ловкость, быстроту, помогут развить лидерские способности и самостоятельность.

Этот метод способствует сплочению студентов в коллектив, повышает их дисциплину и воспитывает нравственные качества личности.

Для достижения цели мы можем выделить несколько особенностей игрового метода:

- 1) игровой метод развивает физические качества подростка и участвует в совершенствовании его ловкости и умения быстро принимать решения, так как в процессе игры эти качества проявляются не отдельно друг от друга, а в тесном взаимодействии;
- 2) наличие в игре элементов соперничества требует от студентов значительных физических способностей, что делает ее эффективным методом воспитания качеств личности;
- 3) этот метод способствует формированию у человека самостоятельности, творчества, активности, целеустремленности и т.д.;
- 4) следование правилам игры в условиях соперничества позволяет педагогу целенаправленно формировать у подростков нравственные качества: чувство взаимопомощи, сотрудничества и даже самопожертвования, дисциплинированность, волю и т.д.;
- 5) удовольствие, счастье и эмоции, получаемые от игр, способствуют формированию у студентов положительного интереса и деятельного мотива к физкультурным занятиям [5, 6].

Так же нужно отметить, что в игровой метод создаёт благоприятные условия для развития внимания и памяти. Спортивные игры позволяют студенту «активизироваться», поскольку он сам может принимать решения. При этом методе студент способен контролировать и оценивать собственные действия и действия своих товарищей.

В высших учебных заведениях физическая культура является основной формой физического воспитания подростков и педагогу на каждом занятии необходимо с наибольшей эффективностью решать поставленные задачи.

При применении игрового метода на занятиях по физической культуре ведущую роль играет педагог, которому нужно знать, с какой целью он дает то или иное задание и какие задачи он собирается решить. Любая игра не должна оказывать отрицательного влияния на здоровье студентов. Педагогу необходимо, с одной стороны, регулировать нагрузку, получаемую подростками в играх, в зависимости от их здоровья, уровня физической подготовки, возраста, и индивидуальных особенностей, с другой – обеспечивать проведение врачебного и педагогического контроля.

Игры – хороший активный отдых после длительной умственной деятельности, присущей студентам. Игровой метод оказывает благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки, а также повышают функциональную деятельность организма [7].

Оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи необходимо решать в комплексе для того, чтобы каждая игра стала эффективным средством разностороннего физического воспитания и развития студентов.

Для примера мы можем рассмотреть отдельные игры и их влияние на студентов.

а) Волейбол является прекрасной игрой для сплочения даже незнакомых друг другу людей, что актуально для первокурсников. Игрокам делают блоки и вступают в «тройки», также им нужно придумать, как провести соперника. И, как это ни странно, волейбол учит нас падать. При приеме мяча игрок всегда должен обращать внимание и контролировать свои движения и падения, чтобы не подставлять под удары суставы руки голову. Также во время этой игры развивается гибкость позвоночника. Как и любая другая командная игра, волейбол учит работать в команде, развивает личностные качества, формирует волю, учит внимательности.

б) Баскетбол же прекрасно улучшает координацию, а прыжки и броски мяча в кольцо развивают мышцы спины и ног, кисти рук. Движения во время игры заставляют организм работать слаженно, оказывая положительное влияние на пищеварительную и сердечно-сосудистую систему. Баскетбол также сплачивает команду и учит дисциплинированности.

Таким образом, игровая форма проведения занятий по физической культуре в высших учебных заведениях становится средством укрепления здоровья студентов, помогает обеспечить всестороннее физическое развитие, решает все задачи поставленные преподавателем, а также является средством активного отдыха и сохранения на долгое время работоспособности.

Список литературы:

1. Васенков Н.В., Святова Н.В., Хайруллин И.Т., Валиев Р.М. Способы привлечения студентов с различными заболеваниями к систематическим занятиям физической культурой Ученые записки. Том XV. Сборник статей преподавателей Казанского филиала ФГБОУВО «РГУП». – Казань: Отечество, – Т. XV.-С. 353-359.
2. Кашапова Р.М., Васенков Н.В. Инновационные методы проведения занятий со студентами в вузе. Вопросы педагогики. 2019. №11-1.- С. 120-125.
3. Лопатин, Л.А. Состояние физического здоровья современных студентов. / Л.А. Лопатин, Н.В. Васенков, Э.Ш. Миннибаев, Р.Р. Набиуллин // Вестник ГБУ «Научный центр безопасности жизнедеятельности». - 2019.-№2 (40).-С. 93-98.
4. Ибрагимов И.Ф., Васенков Н.В., Валиев Р.М. Регуляция функций сердца растущего организма при резко усиленной двигательной активности. Журнал «Успехи современной науки».-Т.5, №2.-2017.-с.53-57.
5. http://oreluniver.ru/file/science/confs/2015/sport/publ/5_SHubin_Primeneniye_igrovogo.pdf
6. <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-podvizhnyh-igr-na-zanyatiyah-po-fizicheskoy-kulture-v-vysshih-uchebnyh-zavedeniyah>
7. <https://www.rostmaster.ru/lib/gymnastics/gymnastics-0034.shtml>