

ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК ОДНО ИЗ СРЕДСТВ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЯ В СПЕЦИАЛЬНОМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

И.А. Букас (МГУ имени А.А. Кулешова)

Повышение эффективности занятий физической культурой зачастую тесно связано с заинтересованностью занимающихся, с их активностью на занятиях.

Одной из основных задач занятий по физической культуре является активизация двигательной активности студентов и повышение ее путем овладения техникой физических упражнений, т.е. приобретением двигательных умений и навыков.

По своей природе игра навязчиво побуждает ее участников глубже и полнее использовать свои знания, умения и навыки в согласованных действиях с товарищами по команде, развивает внимание, оперативное мышление, чувство коллективизма, ответственности, взаимовыручки и множество других, социально важных и полезных качеств.

Подвижные игры помогают овладеть и закрепить необходимые знания, умения и навыки.

Играя, студенты СУО овладевают умениями быстрее и лучше мыслить, анализировать складывающуюся обстановку, укрепляют свое здоровье и совершенствуют функциональные возможности организма. Осваивают актуальные способы физкультурной деятельности.

Для повышения общей результативности проводимых занятий игры подбираются таким образом, чтобы их практическое проведение осуществлялось преимущественно при одновременной игре всех занимающихся.

Подвижная игра выступает как средство совершенствования навыков, используемых в различных ситуациях. Игры безопасны и достаточно просты в организации, не требуют от студентов специальной подготовки, могут проводиться в любых условиях, в том числе и на свежем воздухе.

Игра является достаточно эффективным средством тактического мышления. Применение подвижных игр в процессе физического воспитания также положительно влияет и на самочувствие студентов.

Активное участие в игре помогает студентам проявить инициативу, творческое начало и самостоятельность.

Большое значение имеет подбор игр по степени и трудности для занимающихся в СУО.

Систематическое и целенаправленное применение эстафет, подвижных игр значительно повышает психологический настрой студентов, способствует оздоровлению и совершенствованию физической подготовленности. Подвижные игры, эстафеты, игровые упражнения – эффективный метод оздоровления и физического воспитания. При проведении практических занятий на открытом пространстве можно использовать их как средство закаливания организма.

Использование подвижных игр способствует успешному накоплению двигательного опыта, основанного на временных связях, которые вследствие положи-

тельного переноса, т.е. координационной общности с изучаемым видом физической деятельности, облегчают освоение программного материала.

Соревновательно-игровой метод может использоваться для усвоения и закрепления учебного материала студентами, а также повышения уровня их физической подготовленности.

Игры несут в себе большой эмоциональный заряд, который является эффективным средством не только физического развития, но и духовного воспитания. Это объясняется тем, что игровые задания являются достаточно мощным раздражителем, позволяющим с интересом выполнять как простые, так и сложные двигательные действия. Поэтому, с оздоровительной, воспитательной и образовательной точек зрения в настоящее время широкое применение игрового метода не только желательное, но и необходимо.

Использование подвижных игр позволяет преподавателю успешно развивать как общефизическую, так и специальную подготовку студентов. При регулярных занятиях в соревновательно-игровой обстановке под влиянием игры умения и навыки совершенствуются быстрее.

При работе со студентами очень важно приобщать их через игровые действия к систематическим тренировочным занятиям на основе сознательного отношения к преодолению трудностей. Хорошим средством развития воли служат упражнения по преодолению трудностей, а также учебные игры и эстафеты, во время проведения которых возникает необходимость проявления твердости характера, решительности, упорства, настойчивости.

Физическая подготовка является фундаментом для освоения любого вида программы. Подвижные игры оказывают общее положительное воздействие на физическую и психическую подготовку студентов. Подбор средств общей физической подготовки для каждого занятия зависит от задач, решаемых на нем, а также условий обучения.

Используя подвижные игры, можно успешно развивать быстроту, общую выносливость, ловкость, координационные способности и гибкость.

Успешное выполнение учебной программы по физическому воспитанию сегодня немыслимо без разнообразного и всестороннего применения современных средств и методов, в том числе и игрового. Характер игрового метода позволяет рационально использовать различные средства в физическом воспитании. Появляется возможность значительно повысить заинтересованность учащихся, увеличить моторную плотность занятий, их эффективность.

Эмоциональный характер воздействия подвижных игр позволяет комплексно развивать широкий набор физических качеств, например, динамическую силу, прыжковую выносливость и др. Также игра оказывает существенное влияние на психологическую подготовку.

Подвижные игры могут занимать достаточно большое место во всем образовательном процессе по физическому воспитанию. Их роль возрастает тогда, когда они тесно связаны с учебным материалом занятия, поскольку позволяют быстрее усвоить его доступными средствами. Задачи, решаемые с помощью игры, разнообразны: от воспитательной и образовательной до оздоровительной. Игровые задания воспитывают смелость и настойчивость в достижении цели, волю к победе.

Взаимодействие игровых заданий дает комплексный эффект, которого отдельно взятыми упражнениями добиться непросто, а порой невозможно.

Специалистам физической культуры с помощью игрового метода предоставляется широкая возможность более разнообразно проводить занятия, большинство физически трудных упражнений выполнять значительно легче, как бы играя и соревнуясь. Тем самым преодолевается монотонность занятий, делающая процесс физического воспитания скучным и однообразным.

В связи с этим хотелось бы обратить внимание специалистов физической культуры на эффективность применения игрового метода в физическом воспитании прежде всего потому, что он не только многогранен, но и является проверенным средством активизации двигательной деятельности на занятиях по физической культуре, позволяет добиваться более высоких показателей в физическом развитии и подготовке студентов, тем самым делать занятия более интересными.

Таким образом, подвижные игры и эстафеты играют значительную роль в профессиональном образовании студенческой молодежи, воспитывая основные физические и жизненно важные качества, необходимые будущим специалистам.

Литература

1. Бынева, Л.В. Подвижные игры : учебное пособие для институтов физической культуры / Л.В. Бынева, И.М. Коротков. – М. : Ф и С, 1982.
2. Гуревич, И.А. Физическая культура и здоровье. 300 соревновательно-игровых заданий : учеб.-мет. пособие / И.А. Гуревич. – Минск : Высп. шк., 2011. – 349 с.: ил.
3. Лях, В.И. Координационные способности школьников / В.И. Лях. М., 1989.