

УДК 796.323.2

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ НЕТРАДИЦИОННЫХ ФОРМ АКТИВНОГО ДОСУГА СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

С.Г. Мазько

МГУ имени А. А. Кулешова (Республика Беларусь, г. Могилев, ул. Ленинская, 35)

Аннотация. В статье актуализирована проблема организации активного досуга студенческой молодежи.

Ключевые слова: студенческий спорт, оздоровительная физическая культура, здоровый образ жизни, активный досуг, алтимат, игры с летающим диском.

PROMOTION OF NON-TRADITIONAL FORMS OF AN ACTIVE LIFESTYLE AMONG STUDENTS

S.G. Mazko

Mogilev State A. Kuleshov University (Republic of Belarus, Mogilev, Leninskaya str., 35)

Summary: the article actualizes the problem of organization of active image of students.

Key words: student sport, health-improving, physical culture, healthy lifestyle, active leisure, ultimate, games with flying disk.

Двигательная активность является одним из важных компонентов формирования здорового образа жизни студенческой молодежи. В настоящее время в молодежной субкультуре все большее развитие стали получать формы активного досуга, связанные со спортивной деятельностью: роллеры, скейтеры, паркурщики, воркаутеры. Менее традиционным занятием пока является игра алтимат (спортивная игра с планирующим диском). Развитием и продвижением игр с диском на территории Республики Беларусь активно занимается Белорусская федерация летающих дисков (БФЛД), которая является членом Всемирной федерации летающих дисков (WFDF). БФЛД выступает организатором традиционных международных турниров Winter Brest, «Минск*18». В феврале 2018 года Молодежное общественное объединение «Федерация летающих дисков» изменило свой статус с местного на республиканское.

Помимо повышения спортивного мастерства занимающихся и организации условий для участия национальных и международных чем-

пионатах, Республиканское общественное объединения «Федерация летающих дисков» ставит перед собой следующие цели:

- организация активного отдыха и содействие физической подготовке членов общественного объединения путем занятия Алтиматом;
- укрепление здоровья населения;
- популяризация Алтимата среди учащихся школ, колледжей и университетов [5].

В проведенном лингвистическом исследовании по выявлению в спортивной субкультуре алтимат ключевых идентификационных смыслов, основными смысловыми доминантами были определены слова «молодость» и «сила» [2]. Это еще раз подчеркивает привлекательность этого вида спорта для студенческой среды.

Активное развитие движение игр с летающим диском получает в соседних странах. В России создан Комитет по студенческому алтимату, действует Московская Студенческая Лига Алтимата. Соревнования по флаинг диску (алтимат) включены в программу XXIX Московских Студенческих Спортивных Игр, в июне 2017 года в них приняли участие команды из 11 вузов страны [6]. В 2016 году в Украине подписан приказ, о внесении спорта с летающим диском в государственный реестр видов спорта в раздел «Неолимпийские виды» [7]. Летом 2017 года в городе Ройан (Франция) прошёл пятый Чемпионат Мира по Пляжному Алтимату. Это событие собрало 117 команд из 39 стран мира. Общее количество участников составило более 2000 человек.

В Беларуси существует 6 команд в регионах и 5 в городе Минске. Спортивные группы складываются на основе межличностных отношений, через поиск в социальных сетях, благодаря популяризации игры при проведении показательных выступлений на городских праздниках. Обучение базовой технике и элементарной тактике алтимата на занятиях физической культуры в ВУЗе значительно повысит интерес студенческой молодежи к этой игре и расширит контингент заинтересованных этим видом спорта.

Наряду с другими спортивными играми, алтимат обладает несомненным оздоровительным эффектом, способствует развитию необходимых физических качеств и координационных способностей [3], улучшает работу зрительного и вестибулярного аппарата [4].

При этом алтимат имеет ряд преимуществ:

- несложные для овладения игровые действия;
- доступный инвентарь;
- отсутствие специфических требований к экипировке, месту проведения занятий и отсутствие дополнительного оборудования;

- возможность использования игр в самостоятельной организации активного досуга;
- наличие принципа «Духа игры», который способствует формированию межличностных отношений, воспитанию коммуникативной культуры и профилактике асоциальных проявлений среди молодежи.

Овладение базовой техникой не требует от занимающихся специализированной предварительной подготовки. Содержание многих упражнений заимствовано из баскетбола. Следует отметить, что если обучение баскетболу девушек, не освоивших ранее этот вид спорта, затруднено, то игры с летающим диском более доступны по своей технике. Поэтому знакомство с элементами техники и тактики игры алтимат значительно расширит двигательный опыт и будет способствовать развитию познавательных и эмоциональных психических процессов, а также волевых качеств студентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белорусская федерация летающих дисков [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://bfdf.by/> — Дата доступа 18.02.2018
2. Кузнецова, О.А. Конструирование идентичности в дискурсе алтимат / О.А. Кузнецова // Вопросы психолингвистики – 2014. – № 1(19). – С. 66–78.
3. Лаврова, Т.В. Алтимат (командный спорт с летающим диском): методические рекомендации / Лаврова Т.В., Уланова Е. А. – Н. Новгород: ННГУ, 2006. – 27 с.
4. Ленин, Р. С., Пожилова, А. В. Фрисби как средство развития скоростных и координационных способностей / Р.С. Ленин, А.В. Пожилова / Актуальные вопросы профессионального образования сферы физической культуры и спорта: сборник научных трудов (Выпуск 5) / ВоГУ; отв.ред. Н.Л. Елагина – Вологда, 2016 – С. 17-21.
5. Министерство юстиции Республики Беларусь [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://miniust.gov.by/ru/news/1371/> — Дата доступа 18.02.2018
6. Московское региональное отделение общероссийской общественной организации «Российский студенческий спортивный союз» [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://mrsss.ru/vidy-sporta/altimat> — Дата доступа 18.02.2018
7. ULTIMATE FRISBEE UKRINE [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://ultimate.com.ua/> — Дата доступа 18.02.2018