

*Мальченко Евгений Владимирович*  
*преподаватель*  
*преподаватель кафедры общеобразовательных дисциплин*  
*Российский государственный университет правосудия*  
*Россия, г. Симферополь*

## **ПРИВЛЕЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ СПО К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПУТЕМ ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

*Аннотация:* Статья посвящена предоставлению преподавателям физической культуры материала по подвижным играм и использование его на занятиях по физической культуре. Сделано это с целью помочь оживить учебно-воспитательный процесс, где игра может выступать как средство физической и технической подготовки, как способ укрепления здоровья, содействие правильному развитию, обучение учащихся жизненно необходимым двигательным навыкам, воспитание физических, волевых и моральных качеств. И как метод, помогающий решить ряд вспомогательных задач, в том числе связанных с активизацией внимания и повышения эмоционального состояния занимающихся.

*Ключевые слова:* игра, подвижные игры, двигательный голод, гипокинезия, мотивы физической активности.

*Malchenko Evgenii Vladimirovich*  
*Teacher*  
*Lecturer, Department of General Education*  
*Russian State University of Justice*  
*Russia, Simferopol*

## ATTRACTING ACTIVITY STUDENTS TO PHYSICAL TRAINING ACTIVITIES BY USING MOBILE GAMES

**Annotation:** *The article is dedicated to providing physical education teachers with material on outdoor games and its use in physical education classes. This was done in order to help revitalize the educational process, where the game can act as a means of physical and technical preparation, as a way to improve health, promote proper development, educate students in vital motor skills, and foster physical, volitional and moral qualities. And as a method that helps to solve a number of auxiliary tasks, including those related to activating attention and increasing the emotional state of students.*

**Key words:** *game, outdoor games, motor hunger, hypokinesia, motives of physical activity.*

Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения была и остается одной из важнейших проблем человеческого общества. На сегодняшний день лишь звучат призывы быть здоровым, а социальная среда и реальная практика свидетельствует об ухудшении здоровья молодежи, обострения сердечно-сосудистых заболеваний, а также современный уровень урбанизации, научно-технического прогресса, комфорта является причиной хронического «двигательного голода».

Студенчество, особенно на начальном этапе обучения, является наиболее уязвимой частью молодежи, так как сталкивается с рядом трудностей, связанных с увеличением учебной нагрузки, невысокой двигательной активностью, относительной свободой студенческой жизни, проблемами в социальном и межличностном общении. Нынешние студенты - это основной трудовой резерв нашей страны, это будущие родители, и их здоровье и благополучие является залогом здоровья и благополучия всей нации. В связи с этим огромную роль играет изучение мотивов, интересов и потребностей современной молодежи в занятиях физическими упражнениями.

Основная цель моей статьи – выявление комплекса психолого-педагогических условий для успешного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой путем применения подвижных игр.

Игра с давних пор составляла неотъемлемую часть жизни человека, использовалась с целью воспитания и физического развития подрастающего поколения. Время изменило игру, что-то забывалось, что-то возникало вновь, но отказаться от игры невозможно, потому - что нельзя уничтожить живую потребность в игре. Изменяются условия игры, вводятся в привычную канву игр новые сюжеты, отражающие свое время, но неизменной остается тяга людей к игре, особенно подвижной, где можно проверить и показать свою смелость, ловкость, быстроту и силу. Играя девушки и юноши, тренируют себя физически, обогащаются новыми представлениями. Но только ли дети? Перефразируя известные пушкинские слова, можно без преувеличения заметить, что «игре все возрасты покорны». Интерес человека к игровой деятельности постоянен. Однако условия воспитания способны существенно изменить степень и формы проявления как, в известной мере, врожденных, так и, особенно, социально обусловленных потребностей, к которым относится игра. Вот почему от поколения к поколению, игры приходят в видоизмененном виде, хотя не исчезают и не могут исчезнуть, как и не может исчезнуть детство и юность, как и не может уйти от человека извечная потребность к самосовершенствованию и познанию.

Об играх, в том числе и подвижных, написано и сказано довольно много. Поэтому любой преподаватель физической культуры хотя бы интуитивно понимает сущность игр и порой проводит их со своими подопечными, руководствуясь теми или иными мотивами. Кстати о мотивах, что побуждает студентов к физической активности, из-за чего происходит формирование интереса к занятиям физической культурой:

**1. Оздоровительные мотивы.** Наиболее сильной мотивацией молодежи к занятиям физическими упражнениями является возможность укрепления своего

здоровья и профилактика заболеваний, ибо благотворное воздействие на организм физических упражнений известно очень давно и не вызывает сомнений.

**2. Двигательно-деятельностные мотивы.** При выполнении умственной работы прослеживается снижение производительности труда, которое происходит вследствие его монотонности, однообразия, из-за этого увеличивается число профессиональных ошибок. Выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела и зрительного аппарата значительно повышает эффективность релаксации, чем пассивный отдых, и удовольствие от всего процесса занятий физическими упражнениями.

**3. Соревновательно-конкурентные мотивы.** Вся история человечества, процесс эволюции строился на духе соперничества, на соревновательном духе взаимоотношений. Стремление достичь определенного спортивного уровня, победить в состязаниях соперника – является одним из мощных регуляторов и значимой мотивацией к активным занятиям физическими упражнениями.

**4. Эстетические мотивы.** Мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями заключается в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих.

**5. Коммуникативные мотивы.** Совместные занятия физической культурой содействуют улучшению коммуникации между социальными и половыми группами.

**6. Познавательно-развивающие мотивы.** Данная мотивация тесно связана со стремлением человека познать свой организм, свои возможности, а затем и улучшить их с помощью средств физической культуры. Она во многом близка к соревновательной мотивации, но основана на желании победить себя, свою лень, а не соперника на состязании. Представленная мотивация заключается в желании максимально использовать физические возможности своего организма, улучшить свое физическое состояние и повысить физическую подготовленность.

**7. Творческие мотивы.** Занятия физической культурой дают неограниченные возможности для развития и воспитания в обучающихся творческой личности.

**8. Профессионально-ориентированные мотивы.** Группа данной мотивации связана с развитием занятий физической культурой, ориентированных на профессионально важные качества студентов различных специальностей, для повышения уровня их подготовки к предстоящей трудовой деятельности и содействует развитию психофизической готовности студента к будущей профессии.

**9. Административные мотивы.** Занятия физической культурой являются обязательными в высших учебных заведениях России. Для получения контрольных результатов введена система зачетов, один из которых по предмету «Физическая культура».

**10. Психолого-значимые мотивы.** Занятия физическими упражнениями положительно влияют на психическое состояние подрастающей молодежи, в особенности обучающейся: обретение уверенности в себе; снятие эмоционального напряжения; предупреждение развития стрессовых состояний; отвлечение от неприятных мыслей; снятие умственного напряжения; восстановление психической работоспособности.

**11. Воспитательные мотивы.** Занятия физической культурой развивают в личности навыки самоподготовки и самоконтроля, а также содействуют развитию морально-волевых качеств, воспитанию патриотизма и гражданственности.

**12. Статусные мотивы.** Благодаря развитию физических качеств у подрастающего поколения увеличивается их жизнестойкость, происходит повышение личностного статуса при возникновении конфликтных ситуаций, разрешаемых в ходе физического воздействия на другую личность.

«Могучими чувствами» называют поэты и ученые человеческие эмоции. Они составляют гамму самых разнообразных переживаний – от отчаяния и горя до бурной радости. Игра представляет собой сбалансированную в этом плане

систему. Игра как объект информации о предстоящей работе не представляет для студента неопределенности. Он знает, что процесс этот связан с приятными для ощущения физическими и умственными действиями, что в игре всегда заложен элемент нового, непознанного. Одна и та же игра, периодически повторяемая, не похожа на предыдущие ее варианты, действия ее участников не идентичны. Она всегда происходит по-новому, неповторима и таит в себе в потенциале много неожиданностей. П.Ф. Лесгафт подчеркивал, что игра в отличие от строго регламентированных движений (например, гимнастики) всегда связана с инициативным моментом решения двигательных задач. Это имеет притягательную силу для участника, а для руководителя связано с решением образовательных задач.

С помощью игрового метода преподаватель может быстро создать радостную атмосферу общения, пробудить у студентов желание скорее включиться в предложенную деятельность. При этом неверно думать, что в игровой ситуации, когда занятия выполняются на игровой основе, не решаются нравственные проблемы. В подвижной игре, особенно коллективной или групповой, всегда подразумевается выполнение долга. Чувство чести, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

Исходя из всего, вышеперечисленного, на мой взгляд, не может быть двух мнений. Широкое использование подвижных игр преподавателями физической культуры на своих занятиях и вне их, а также при проведении спортивных мероприятий, всегда встречают хороший прием у занимающихся, повышают интерес к занятиям. Кроме этого, действия, окрашенные элементами игры, устанавливают между участниками прочную связь, на основе которой успешнее развиваются и не игровые действия. Игры направлены на решение не только образовательных, но и оздоровительных задач. Это особенно важно, так как всех, кто причастен к педагогике, в последнее время беспокоит гиподинамия молодежи. Как показали исследования, двигательный режим студента, заметно сокращается с момента поступления в высшее учебное заведение. Единственным средством профилактики гипокинезии подростков может стать создание

оптимального объема двигательной активности с правильной постановкой аудиторной (практические занятия) и внеаудиторной работы (самостоятельная работа) по физической культуре в вузе. Немалая роль принадлежит здесь и подвижной игре – естественному виду живой и непосредственной деятельности, любовь и привычка к которой закладываются с раннего детства. Важно отметить и следующее: дефицит движения молодежи становится причиной ослабления всего организма, что сказывается на снижении его общей биологической устойчивости. Среди студентов СПО особенно распространены хронические заболевания дыхательных путей и это служит причиной болезней внутренних органов. Особую роль в профилактике заболеваний органов дыхания имеет организация разнообразных подвижных игр и других физических упражнений на открытом воздухе. Установлено, что при систематических занятиях резко сокращается количество заболеваний дыхательных путей. Не только занятия по физической культуре, но и активный отдых, прогулки на свежем воздухе содействуют созданию оптимального объема двигательной активности обучающихся.

#### **Использованные источники:**

1. Бауэр, В.А. Формирование интересов и потребностей к занятиям физической культурой и спортом у будущих учителей: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.А. Бауэр.– М., 1987.– 23 с.

2. Виленский, М.Я. Формирование физической культуры личности учителя в процессе его профессиональной подготовки: дис. ... д-ра пед. наук в форме науч. доклада / М.Я. Виленский.– М., 1990.– 84 с.

3. Коротков, И.М. Подвижные игры в занятиях спортом / И.М. Коротков. – М., 1971. – 120 с.

4. Коротков, И.М. Подвижные игры в школе: В помощь учителям физ. культуры / И.М. Коротков.– М.: Просвещение, 1979.– 190 с., ил.

5. Лотоненко, А.В. Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А.В. Лотоненко.– Краснодар, 1998.– 39 с.

6. Рогов, М.Г. Ценности и мотивы личности в системе непрерывного профессионального образования: дис. ... д-ра псих. наук / М.Г. Рогов.– Казань: 1999.– 349 с.

7. Слостенин, В.А. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед / В.А. Слостенин.– М.: Академия, 2007.– 567 с.

8. Окуньков, Ю.В. Физическое воспитание как фактор всесторонней подготовки специалиста (на примере технических вузов): автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю.В. Окуньков.– М., 1975.– 16 с.

9. Пятков, В.В. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре: на материале педвузов: дис. ... канд. пед. наук / В.В. Пятков.– Сургут, 1999.– 184 с.

10. Ценностно-мотивационные ориентации студентов вузов в современной России (К проблеме мониторинга качества образования): сб. статей под ред. науч. пед. проф. И.А. Зимней. – М., 2000. – 88 с.

11. Приказ Минобразования России «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования» от 01.12.99 № 1025.

12. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 29.04.99 № 80-ФЗ.