

С.В. Тихонова
В.К. Тихонов
М.В. Маркевич

СПОРТИВНІ ІГРИ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ В НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ВНТУ

Вінницький національний технічний університет

Анотація

Вивчення потреб студентів, які навчаються у ВНТУ, показує, що домінуюче положення серед видів рухової активності займають спортивні ігри. Це відноситься як до навчальних занять з фізичного виховання, так і до різних секційних занять. Це перш за все наймасовіші у світі ігри з м'ячем (футбол та його різновиди, баскетбол та волейбол). Разом з тим, крім традиційних спортивних ігор, що мають давню історію, у них є велика різноманітність варіантів, багато з яких можуть бути успішно адаптовані для студентів, вузів, як для використання на практичних навчальних заняттях, так і для занять у різних секціях спортивного спрямування з подальшою участю у змаганнях (наприклад: футзал, міні-футбол, стрітбол або пляжний футбол).

Ключові слова: спортивні ігри, студенти, спорт, фізична активність, фізичне виховання..

Abstract

The study of the needs of students studying at VNTU shows that the dominant position among the types of physical activity is occupied by sports games. This applies both to physical education classes and to various sectional classes. These are first of all the most popular ball games in the world (football and its variants, basketball and volleyball). However, in addition to traditional sports games that have a long history, they have a wide variety of options, many of which can be successfully adapted for university students: for use in practical classes and for classes in various sections of sports and competitive orientation with further participation in competitions (for example: futsal, mini-football, streetball or beach football).

Keywords: sports games, students, sports, physical activity, physical education

Вступ

Незважаючи на скорочення годин навчального навантаження, фізична культура користується популярністю через її потенціал у плані зміцнення здоров'я та заохочення фізичної активності протягом усього життя. Фізичне виховання, як дисципліна, цінується за її внесок у покращення психологічного здоров'я, за допомогу у соціальному та моральному розвитку.

Якісно складена навчальна програма з фізичного виховання сприяє фізичному, моральному, соціальному, емоційному, культурному та інтелектуальному розвитку студентів. Адаптуючись до потреб студентів і використовуючи спортивні ігри під час практичних занять або на самостійних заняттях та під час активного відпочинку відбувається постійна та динамічна зміна режимів фізичної та розумової діяльності гравців, їх позитивних та негативних емоцій, а також навколишнього оточення, різноманітність ігрових ситуацій. Характерною особливістю будь-якої ігрової діяльності, у тому числі спортивної, є її спрямованість на досягнення певної мети, добровільно встановленої учасниками гри, які дотримуються при цьому системи заздалегідь затверджених або узгоджених правил. У спортивних іграх результат досягається у боротьбі, яка завжди суворо регламентована певними правилами. Такі правила мають і виховне значення, регулюючи дії та поведінку учасників під час матчу, їх взаємини із суперниками та суддями, а також визначають весь хід гри. Тому, спортивні ігри можуть успішно використовуватись при організації будь-яких видів фізичної активності студентів (навчальні або секційні заняття, всі види змагань, активний відпочинок, рекреація чи реабілітація).

При цьому вони мають ґрунтуватися на певних принципах:

- відповідності характеру та особливості ігрової діяльності, мотивам та потребам молодшої людини у руховій активності;
- адекватності компонентів ігрової діяльності рівню фізичної підготовленості та стану здоров'я;
- ефективності регламентації процесу навчально-тренувальних занять та офіційних змагань.

Як у навчальному процесі з фізичного виховання, так і в секційних заняттях на кафедрі фізичного виховання ВНТУ використовується особистісно-орієнтований підхід, який передбачає можливість

самостійного вибору студентами виду практичних занять спортивно-змагальної або оздоровчо-рекреаційної спрямованості. Це сприяє прийняттю усвідомленого рішення та реальної зацікавленості з боку студентів у заняттях, спираючись на свої особисті інтереси та мотиви, а також рівень фізичної підготовленості та можливі відхилення у стані їхнього здоров'я.

До позитивних моментів такого вибору занять можна також віднести:

– створення умов для участі у спортивній діяльності не лише фізично добре підготовлених студентів, але також і переважної більшості студентів любителів;

– студенти реально отримують як фізичне, так і емоційне задоволення від обраного ними виду рухової активності.

В університеті функціонують наступні секції спортивних ігор: футбол, баскетбол, волейбол, бадмінтон, настільний теніс та інтелектуальний вид – шахи.

Результати дослідження

Саме широкий вибір секцій спортивних ігор може повністю задовольнити потреби студентів, як у руховій діяльності та активному відпочинку, так і у змагальній та справедливій спортивній боротьбі.

Так в нашому університеті щорічно проводяться змагання у формі Спартакіад, турнірів, матчевих зустрічей, кубків, чемпіонатів, першостей з метою зміцнення здоров'я студентів, аспірантів, викладачів створення умов для активних занять фізичною культурою і спортом, формування ЗСЖ, виявлення найсильніших спортсменів ВНТУ для участі в змаганнях міського, обласного, республіканського і міжнародного рівня, а також сприяння реалізації державних програм розвитку фізичної культури і спорту в Україні. В університеті проводиться Спартакіада серед гуртожитків з видів спорту: міні-футбол, волейбол, шахи, настільний теніс. Спартакіада ВНТУ «Молодь і спорт України» серед навчальних факультетів університету включає наступні види спортивних ігор: футбол, волейбол, настільний теніс, баскетбол 3х3, шахи, міні-футбол.

Протягом навчального року проводяться відкриті першості ВНТУ з волейболу, баскетболу 3х3, настільного тенісу, шахів, бадмінтону, міні-футболу. Збірні команди ВНТУ складені з викладачів і співробітників університету успішно виступають на обласній Спартакіаді ЗВО серед науково-педагогічних працівників з шахів, настільного тенісу, волейболу, футзалу та баскетболу 3х3» [1].

Більшість студентів, які відвідують секції спортивних ігор, ставлять собі за мету потрапляння до збірної команди факультету та університету і брати участь в офіційних змаганнях, а також отримувати фізичне задоволення та емоційну «розрядку», які притаманні практично будь-якій ігровій руховій діяльності, а також зняття розумових навантажень та відволікання від напруженого навчального процесу.

Висновки

Таким чином, можемо зробити висновки, що широке впровадження у навчальний процес командних спортивних ігор сприятиме зростанню привабливості дисципліни, фізичне виховання для студентів, і як наслідок, збільшить їхню рухову активність. Посилення ігрового та змагального компонентів занять дозволять розвивати загальнокультурні компетенції, уміння організувати ефективну комунікацію, працювати у команді та забезпечувати чесну конкуренцію. Спортивні ігри з одного боку, сприяють розвитку самостійності, самоорганізації, враховують інтереси студентів, з іншого боку – здійснюють міжособистісну взаємодію, що сприяє формуванню соціальної компетентності та психологічної стійкості. Більш широке застосування спортивних ігор у навчальному процесі сприятиме вирішенню наступних основних завдань:

- вдосконалення фізичних якостей (витривалість, швидкість, сила, координація рухів, гнучкість);

- розвиток морально-психологічних якостей, психоемоційної стійкості;

- вдосконалення прикладних рухових навичок, умінь діяти у складних, неординарних, стресових умовах;

- покращення уваги, оперативної пам'яті, просторової орієнтації;

- формування здатності прогнозувати розвиток ситуацій, правильно визначати відстань та швидкість рухів об'єкта;

- формування стійкості організму до великих фізичних, психологічних навантажень та перевантажень;

- виховання та модернізація вольових якостей (сміливість, рішучість, наполегливість, відповідальність, впевненість у своїх силах);

- уміння швидко відновлювати працездатність, знімати психологічну напруженість та ін.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Тихонов В. К. Спортивно-масові заходи у ВНТУ та їх роль у формуванні здорового способу життя студентів, аспірантів, викладачів та співробітників [Електронний ресурс] / В. К. Тихонов // Матеріали XLIX науково-технічної конференції підрозділів ВНТУ, Вінниця, 27-28 квітня 2020 р. – Електрон. текст. дані. – 2020.
2. Тихонов В.К. Мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом / XLI науково-технічна конференція професорсько-викладацького складу, співробітників та студентів університету за участю працівників науково-дослідних організацій та інженерно-технічних працівників підприємств м. Вінниця та області. – Вінниця: ВНТУ, 28-29 лютого 2012р.
3. Тихонов В.К., Тихонова С.В. Проблеми організації проведення занять фізичного виховання в вузах / Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наук. праць / ВДПУ ім. М. Коцюбинського; Житомирський державний університет ім. І. Франка; головний редактор В.М. Костюкевич, Випуск 2. – Вінниця: ТОВ “Планер”, 2017.
4. Олійник О. М. Основні шляхи формування потреб молоді щодо спортивноорієнтованого фізичного виховання / О. М. Олійник, Д. Д. Кучма // Педагогіка і сучасні аспекти фізичного виховання: зб. наук. праць I Міжнар. наук.-практ. конф. (Краматорськ, 16–17 квітня 2015 року) : у 2 т. / за заг. ред. Ю. О. Долинного. – Краматорськ : ДДМА, 2015.

***Тихонов Володимир Костянтинович** – доцент кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця. E-mail: tihonovvk66@gmail.com*

***Тихонова Світлана Володимирівна** – старший викладач кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця. E-mail: tixonovsv68@gmail.com*

***Маркевич Микола Васильович** студент групи ІПМ-21б, Факультет машинобудування та транспорту, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця*

***Tikhonov Volodymyr K.** - Associate Professor of the Department of Physical Education, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsya. E-mail: tihonovvk66@gmail.com*

***Tykhonova Svitlana V.** – Senior Lecturer, Department of Physical Education, Vinnitsa National Technical University, Vinnitsa. E-mail: tixonovsv68@gmail.com*

***Markevich Mikola V.** student of group IPM-21b, Faculty of Machine Building and Transport, Vinnitsa National Technical University, Vinnitsa.*