

Барсукова Т. А.

*Национальный университет «Одесская юридическая академия»,
старший преподаватель кафедры физического воспитания*

Гоголева Е. Н.

*Национальный университет «Одесская юридическая академия»,
старший преподаватель кафедры физического воспитания*

Никитченко М. Б.

*Национальный университет «Одесская юридическая академия»,
старший преподаватель кафедры физического воспитания*

ПРИМЕНЕНИЕ ИГРОВОГО МЕТОДА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Работоспособность студентов в условиях учебного процесса и внеучебное время повышается при использовании спортивно-игрового метода и, в частности, подвижных игр. Они доступны широкому кругу занимающихся (Коровина Л. М. Совершенствование двигательных навыков у детей в упражнениях и играх с использованием элементов соревнования и творческих заданий. 1999, с.123).

В учебно-тренировочном процессе студентов подвижные игры можно использовать для обучения и совершенствования спортивной техники, тактической подготовки, развития двигательных качеств, активизации внимания и умственных способностей.

На занятиях по физическому воспитанию со студентами особого внимания заслуживает игровой метод, позволяющий расширить диапазон двигательных умений и навыков, повысить работоспособность и, в конечном счете, побудить занимающихся к активной двигательной деятельности. Применяя игру на занятиях в качестве метода и средства, необходимо учитывать следующие особенности:

1. Игровая деятельность основана на широком применении двигательных действий, что предоставляет особенно благоприятные возможности для комплексного развития физических качеств и создает необходимые условия для расширения функциональных возможностей организма.

2. Для игровой деятельности характерны постоянная изменчивость игровой обстановки, внезапно меняющиеся игровые ситуации и условия. Тем самым создается основа для развития простейшего тактического мышления и умения выполнять наиболее целесообразно и быстро различные двигательные задачи.

3. Игровые действия включают элементы, состязаний, что предопределяет их сходство со спортивными соревнованиями. Участники игр

испытывают особые ощущения, связанные с остротой состязания, проявляют упорство в достижении цели.

4. Двигательные способности и физические качества, приобретенные в игровых, условиях, сравнительно легко переносятся на другие виды спортивной деятельности и облегчают овладение основами спортивной техники.

5. Игровой метод создает благоприятные предпосылки для самостоятельности действий занимающихся, проявления инициативы, находчивости, двигательного творчества. Кроме того, для этого метода характерна эмоциональность, что, безусловно, содействует проявлению нравственных черт личности.

Существенной особенностью подвижных игр является отражение в них, наряду со многими явлениями окружающей действительности, двух характерных и важных видов взаимоотношений между людьми: соревновательной борьбы и сотрудничества.

Элементы соревновательной борьбы фактически присущи всем подвижным играм, и они занимают ведущее место в практическом содержании всех основных игровых действий.

Как уже отмечалось выше, важной особенностью подвижных игр является то, что игровые действия осуществляются в постоянно, и чаще всего, в неожиданно меняющихся внешних условиях.

Изменчивость игровых ситуаций вызывает у участников игры необходимость постоянно и вдумчиво ориентироваться, что обуславливает проявление таких качеств, как наблюдательность, умение анализировать и оценивать сложившееся положение.

Весьма характерной особенностью подвижных игр является влияние их на выработку различных двигательных навыков. Это влияние обусловлено изменчивостью самой игровой деятельности, видоизменением характера и форм выполняемых движений. В результате этой изменчивости и обеспечивается быстрое приспособление работающих органов к переменным условиям деятельности и достижение при этом высокого уровня слаженности в их работе. Таким образом, развитие способности к такому проявлению двигательных качеств – одна из важнейших методических задач в подготовке спортсменов.

Использование подвижных игр способствует снижению гиподинамии, так как компенсирует дефицит двигательной активности. Подвижные игры могут быть активным отдыхом после длительной умственной деятельности. Поскольку участники игры «раскрываются», преподаватель может оценить их способность к спортивной деятельности. Применение подвижных игр в физической подготовке студентов позволяет создать двигательную основу для перспективного совершенствования координационных способностей, необходимых для формирования

спортивной техники. Кроме того, подвижная игра представляет собой комплексное упражнение, способствующее активной работе мысли, что, безусловно, оказывает непосредственное влияние на овладение тактикой.

Применение специально направленных подвижных игр, соответствующих спортивной двигательной деятельности, дает заметный эффект при решении задач не только общей, но и специальной физической подготовки. Посредством определенных подвижных игр можно осуществить формирование у занимающихся модель психологического стереотипа, адекватной к соревновательным условиям.