

ИГРОВОЙ МЕТОД В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Обоснована целесообразность разработки экспериментальной методики занятий специального учебного отделения, основанной на использовании игрового метода обучения, учитывающей нарушения здоровья студентов, их отношение к игровой деятельности, условия проведения занятий, спортивное оборудование и инвентарь.

Ключевые слова: игровой метод, физическое воспитание студентов специального учебного отделения.

Актуальность. В силу разнообразных социальных, экономических, экологических и других причин, негативно влияющих на здоровье человека, сегодня остро встает вопрос о повышении уровня здоровья различных слоев населения и в частности – студенческой молодежи. К сожалению, в данной ситуации, по различным причинам (генетическим, средовым) растет процент будущих специалистов с высшим образованием, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Особая роль в укреплении их здоровья отводится занятиям физической культурой в специальных учебных отделениях (СУО), целью которых является всестороннее физическое развитие студентов, укрепление здоровья, повышение физической работоспособности, приобретение знаний по ведению здорового образа жизни, коррекция имеющихся нарушений в отклонении от норм здоровья. Не смотря на то, что специалистами активно ведется поиск наиболее эффективных средств и методов (применением оздоровительных видов гимнастик (шейпинг, фитнес, стрейчинг, калланетика, фитбол, степ-аэробика, памп-аэробика, элементы йоги и т.д.) проблема укрепления здоровья студентов остается весьма актуальной и значимой для современного общества. В связи с этим требуется поиск наиболее эффективных подходов к оздоровлению студентов в рамках занятий физической культурой, адаптированной к физическим и функциональным возможностям организма каждого занимающегося.

Цель нашего исследования заключалась в научном обосновании целесообразности разработки экспериментальной методики занятий СУО, основанной на использовании игрового метода обучения.

Задачи исследования:

1. Изучить активность выполнения научных исследований, проводимых в системе физического воспитания студентов.
2. Выявить отношение студентов СУО к игровому методу обучения.
3. Теоретически разработать экспериментальную методику занятий СУО, основанную на применении игрового метода.

С помощью **метода** анализа отечественной научно-методической литературы установлена актуальность темы настоящего исследования и получен ответ на поставленные задачи.

Результаты исследования. Физическое воспитание студентов в нашей стране рассматривается как процесс решения специфических задач формирования физической культуры личности, осуществляемый в соответствии со всеми признаками педагогического процесса, а также в порядке самовоспитания. Его специфическая особенность заключается в том, что его обязательными компонентами выступают процессы формирования знаний, обучения двигательным умениям и навыкам, развития двигательных способностей, воспитания личностных качеств занимающихся, их оздоровление и коррекция отклонений от нормы средствами оздоровительной и адаптивной физической культуры. Результатом физического воспитания является базовый (относительно средней) уровень подготовленности занимающихся, позволяющий им успешно решать разнообразные жизненно важные двигательные задачи. Базовое физическое воспитание по сути своей направлено на: целенаправленное воспитание физических качеств и развитие двигательных способностей, доводя их до базового уровня и на поддержание достигнутого уровня на протяжении всей жизни; на овладение студентами двигательными умениями и навыками для решения жизненно важных двигательных задач; на воспитание морально-волевых, нравственных и эстетических качеств, необходимых для решения базовых двигательных задач; на формирование специальных знаний, позволяющих самостоятельно решать оздоровительные задачи, используя по назначению только физические упражнения, обладающие высоким, укрепляющим здоровье, эффектом.

На основании опубликованных данных о диссертационных научных исследованиях, проводимых в рамках базового физического воспитания [4], нами было установлено, что из 582 докторских и кандидатских диссертаций, защищенных в Республике Беларусь и в странах ближнего и дальнего зарубежья, объектами исследований, в которых были представители различных категорий населения (дошкольники, школьники, учащиеся и др.), 91 работа касалась проблем физического воспитания студенческой молодежи. В этих работах в разное время научно обосновывались методики проведения занятий по физическому воспитанию студентов, по воспитанию у них физических качеств и развитию двигательных способностей, оптимизации процесса обучения различным видам физических упражнений, включенных в содержание программы, организации педагогического контроля в системе физического воспитания студентов, занятий оздоровительной аэробикой и т.д. [1; 2; 5; 6]. Следует особо отметить, что в свете рассматриваемой проблемы В.В.Ермоленко (1989) установила целесообразность применения игрового метода для повышения эффективности учебных занятий по физическому воспитанию студентов основного отделения [3]. Из данного количества работ лишь 7 были посвящены совершенствованию учебно-воспитательного процесса со студентами, по состоянию здоровья отнесенных к

специальной медицинской группе для занятий в специальном учебном отделении. По сути своей эти работы были направлены на обоснование оптимальной физической нагрузки в занятиях со студентами СМГ, на использование различных средств форм и методов физического воспитания и т.д. [8].

На наш взгляд, успешному решению задач физического воспитания со студентами СУО может благоприятствовать игровой метод обучения, поскольку игровая деятельность как форма и метод обучения, является весьма продуктивным направлением в учебно-воспитательном процессе в современной методике физического воспитания дошкольников, учащихся и студентов. Это объясняется многофункциональным его влиянием как на психофизическое развитие, так и на формирование личностных качеств ребенка за счет стимулирующего влияния на детей сюжетов, построенных на сказочных героях. Средний школьный возраст характеризуется постепенным снижением доли игрового метода в учебной и вне учебной работе по физической культуре, причиной которого является увеличение умственной учебной нагрузки, и связанным с ней ограничением двигательной активности учащихся в свободное от учебы время и в рамках учебно-воспитательного процесса по физической культуре и здоровью, в котором, начиная с пятого класса, изучаются спортивные игры, являющиеся несомненно эффективным средством укрепления систем и функций организма занимающихся. На старшей ступени школьного образования этот метод присутствует лишь на уроках физической культуры и здоровья, за исключением тех учащихся, которые дополнительно занимаются в спортивных секциях или спортивных школах. У учащихся наблюдается скептическое отношение к подвижным играм, а у девушек – и к спортивным играм по причине отсутствия качественно сформированных навыков игры.

Целенаправленное варьирование форм игрового метода дает возможность успешно решать оздоровительные, воспитательные образовательные и коррекционные задачи физического воспитания. Игровой метод широко используется в физическом воспитании для формирования специальных знаний о роли и значении занятий физическими упражнениями для здоровья, комплексного обучения жизненно важным движениям, для развития двигательных способностей. К игровой форме относят подготовительные упражнения, вспомогательные игры и упражнения, где присутствуют элементы соперничества, создающие повышенный эмоциональный фон. Эта форма допускает относительно свободный выбор каждым занимающимся движений и двигательных действий для решения поставленной задачи, представляя собой метод частично регламентированного упражнения, в котором занимающийся действует исходя из своих возможностей и способностей к осуществлению двигательной деятельности, правил игры, лимитирующих общую линию поведения, что немаловажно при работе со студентами, отличающимися уровнем физического развития, физической подготовленности и, что самое важное, спецификой дефекта, запрещающего ему заниматься в основной медицинской группе. Важным условием успешности игровой деятельности для каждого студента является понимание им содержания и правил игры, педагогического, оздоровительного и коррекционного ее влияния.

Игровой метод может быть основан на любых физических упражнениях, но в большей степени он характеризуется применением различных игр (подвижных и спортивных). Игра рассматривается как модель элементов реальной жизни, воспроизводящая практическое поведение человека в рамках заранее определенных условий [7]. Она предоставляет занимающимся широкую самостоятельность действий, проявление инициативы, находчивости, ловкости, простор для творческого решения двигательных задач, при этом постоянное и внезапное изменение ситуаций по ходу игры обязывает решать эти задачи в кратчайшие сроки и с доступной каждому мобилизацией двигательных способностей. Высокое эмоциональное и физиологическое напряжение в большинстве игр содействует эффективному влиянию физических упражнений на организм, способствует оптимальному выражению функциональных возможностей организма, проявлению ведущих качеств личности, формирует межличностные и межгрупповые отношения, которые строятся как по типу сотрудничества (между игроками одной команды), так и по типу соперничества (между противниками в парных и командных играх).

В то же время, игровой метод - это не только подвижные и спортивные игры, но и формы реализации разнообразных учебных заданий (фрагмент занятия, проведенного игровым методом, или отдельные двигательные действия), упражнения, основанные на соревновательном характере, подготовительные упражнения, вспомогательные игры и упражнения, где присутствуют элементы соперничества. Следует отметить, что вспомогательные игры – это простые, сложные, переходные и командные игры. Степень сложности той или другой игры определяется количеством элементов, входящих в ее содержание (бег, прыжки, метания и т.п.). Чем меньше количество элементов в игре, тем она легче, что обязательно нужно учитывать при выборе игр для занятий СУО.

В весенне-осенний период года желательно проводить со студентами СУО игры на местности (на стадионе, в лесу, в парке), отличающиеся от традиционных подвижных игр как содержанием, так и решаемыми задачами, а также условиями, методикой проведения. Важным фактором при этом является наличие оздоровительного компонента в виде естественных сил природы.

Одна из важнейших функций игры – подготовительная, направленная на совершенствование физических и духовных сил человека, во многом определяющая содержание игр, способствуя физическому совершенствованию человека.

Таким образом, игровой метод в силу присущих ему особенностей может быть использован в физическом воспитании студентов СУО для избирательного воздействия на отдельные системы и функции организма (особенно нарушенные в ходе жизнедеятельности), для коррекции в управляемых самим занимающимся, условиях.

Проведенный нами анкетный опрос студенток Гродненского государственного университета имени Янки Купалы (n = 129, из них 95 % женского пола), отнесенных по состоянию здоровья к специальному учебному отделению, выявил, что в школьные годы треть из них изучала волейбол (и пионербол), пятая часть училась

играть в баскетбол, а остальные отдавали предпочтение гандболу, настольному теннису, бадминтону и даже футболу. Только 20 % респондентов позитивно относятся к предложению применять в вузе на занятиях СУО спортивные игры, что можно объяснить отсутствием у них должных навыков спортивных игр в силу того, что около 50 % процентов из них были отнесены к СУО, обучаясь еще на первой ступени школьного образования, и по этой причине не имели возможности со своими одноклассниками овладеть техникой спортивных игр, входящих в содержание школьной программы и изучаемых на уроках физической культуры и здоровья. Такие юноши и девушки, став студентами вуза, воспринимают игровой метод как несоответствующий их возрастному статусу и занимаемому положению в обществе. 40 % студентов вообще не желают, чтобы на занятиях применялись спортивные игры. Столько же не смогли определиться с ответом. Треть опрошенных не возражала против того, чтобы на занятиях СУО применялись подвижные игры как более доступные и понятные для них, обладающие меньшей физической нагрузкой и высоким эмоциональным фоном. Такое же число респондентов выразилось против данного предложения, а остальным было безразлично.

Анкетный опрос дал возможность установить, что у студентов СУО имеет место неоднозначное отношение к игровому методу, представленному спортивными и подвижными играми. Значительная их часть сомневается в пользе от его применения на занятиях СУО. Объективной причиной непринятия данного метода служит тот факт, что значительная их часть имеют нарушения опорно-двигательного аппарата (40 %) и зрительного анализатора (26 %), являющихся ведущими функциональными системами для успешного осуществления игровой деятельности. По этой причине, видимо, педагогу следует дифференцированно подходить к подбору игровых заданий для каждой группы занимающихся, учитывая диагноз заболевания каждого студента.

На основании вышеизложенного нами теоретически разработана экспериментальная методика занятий СУО, основанная на использовании игрового метода: специально отобранных подвижных игр, учитывающих имеющиеся нарушения здоровья студентов, их интересы и потребности в игровой деятельности, условия проведения занятий, имеющееся оборудование и инвентарь, построение учебного процесса в зависимости от периодов года. В содержание методики входит обучение элементам спортивных игр, а также применение модифицированных нами подвижных игр и эстафет, адаптированных к данному контингенту занимающихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Добровольская С.В.* Индивидуальный подход к нормированию нагрузок различной направленности на занятиях оздоровительной аэробикой со студентками (на примере технического вуза) : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С.В. Добровольская : Бел. гос ун-тет физ. культуры. – Минск, 2005. – 20 с.
2. *Дубогрызова И.А.* Методика дифференцированных занятий оздоровительной аэробикой со студентками технического вуза : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / И.А. Дубогрызова : Смоленский гос. ин-т физ. культуры. – Смоленск, 2005. – 22 с.
3. *Ермоленко В.В.* Игровой метод как фактор повышения эффективности повышения эффективности учебных занятий по физическому воспитанию студентов основного отделения (на примере пед. института) : автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04 /В.В. Ермоленко ; Омский гос. ин-т физ. культуры. – Омск, 1989. – 21 с.
4. *Руденик В.В.* Диссертационные исследования двадцатого столетия в сфере физической культуры, рекреации и туризма : монография / В.В. Руденик, С.Д. Бойченко, О.Е. Лихачев. – Гродно : ГрГУ, 2006. – 421 с.
5. *Сизова Н.В.* Дифференцированная методика занятий оздоровительной аэробикой в процессе физического воспитания студенток технического вуза : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Н.В. Сизова: Смоленская гос. акад. физ. культуры. – Смоленск, 2007. – 19 с.
6. *Старкова Е.В.* Модульная технология развития двигательных координаций у студенток в процессе физического воспитания : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Е.В. Старкова : Московская гос. академ. физ. культуры. – М., 2006. – 22 с.
7. Теория и методики физического воспитания : учеб. для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов по спец. 03.03 "Физкультура" /Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина и др.; [Под ред. Б.А. Ашмарина]. – М.: Просвещение, 1990. – 287 с.
8. *Токмакова О.Н.* Совершенствование физической подготовленности студенток специального медицинского отделения вуза на основе расширенного использования дозированной ходьбы и бега: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / О.Н. Токмакова : Рос. гос акад. физ. культуры. – М., 1999. – 20 с.