

Значение и роль спортивных игр в жизни школьников и студентов

Бахматова Д. Д.¹, Костенко Ю. А.²

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М. Ф. Решетнёва», г. Красноярск¹

Торгово-экономический институт ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет», г. Красноярск²

Аннотация: Спортивные игры, на сегодняшний день, достаточно популярны, благодаря своему разностороннему и эмоциональному воздействию на организм. Их роль в жизни школьников и студентов многогранна. Так, например, сильные эмоции, возникающие при просмотре крупных спортивных состязаний, захватывают множество школьников и студентов, в своей повседневной жизни, заставляя их болеть и сопереживать, радоваться до безумия и расстраиваться до слез. А при участии в командных спортивных играх, проявляются такие личностные качества, как воспитание коллективизма, способность жертвовать собственными интересами ради командной победы.

Ключевые слова: спортивные игры, значение спортивных игр, школьники, студенты.

Игра относится к числу основных видов деятельности человека, наряду с трудом и учением. Она присутствует в жизни человека постоянно, на всех этапах его жизни. В основе спорта лежит фундаментальное понятие игры. Спортивные игры связаны с игровым противоборством команд или отдельных участников. Они проводятся по определённым правилам. Особенностью спортивных игр является соревновательная деятельность, которая и отличает их от других видов спорта.

Игровой спортивной деятельности принадлежит особо значимая роль в развитии физических возможностей личности, в формировании важнейших черт характера и обогащении внутреннего мира [3].

Человек всегда стремился выйти за свои пределы, прорваться к неизведанному. Одну из таких возможностей дают спортивные игры. «Познай самого себя», — говорили древние греки, сделавшие спортивные состязания неотъемлемой частью своей культуры и подарившие миру Олимпийские игры. Спортивные игры помогают человеку понять самого себя, узнать, на что он способен, подойти к пределу своих возможностей, и, возможно, переступить через него.

Своеобразие условий, существующих при игровой спортивной деятельности, определяется предметом деятельности, как способа видения объекта исследования. Им является человек, сознательно овладевающий движениями своего тела, умениями целенаправленно перемещать его во времени и пространстве с помощью собственных усилий. С этой целью человек развивает физические качества, совершенствует психические процессы,

состояния и качества личности. Он учится управлять собой в различных социальных условиях, формирует общие и специальные умения и навыки, необходимые для успешной реализации физической и психической активности в своей собственной жизнедеятельности [2].

Как средство воспитания школьников и студентов игровая спортивная деятельность очень важна.

Спортивные игры имеют большое оздоровительно-гигиеническое значение для школьников и студентов. Разнообразные движения и действия, выполняемые участниками спортивных игр на свежем воздухе, способствуют укреплению двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма.

Также спортивные игры позволяют школьникам и студентам интересно провести свободное время и разнообразить досуговую деятельность [10].

В процессе спортивных игр, школьники и студенты не только развивают и совершенствуют свои физические возможности, но и воспитывают другие свойства личности – волевые, нравственные, эстетические [12]. В число волевых и нравственных качеств входят целеустремленность, настойчивость и упорство, выдержка и самообладание, инициативность и решительность, дисциплинированность и коллективизм. Необходимость подчиняться правилам и соответствующим образом реагировать на сигнал, организует молодое поколение, приучает его контролировать свое поведение, развивает сообразительность, двигательную инициативу и самостоятельность.

В число эстетических качеств входит воспитание, умения воспринимать и понимать прекрасное в движениях человеческого тела, в совершенстве его линий и форм, находить и оценивать прекрасное в поведении товарищей и в окружающей обстановке. Другая не менее важная сторона эстетического воспитания – желание и умение создавать это прекрасное, например: новые красивые композиции в фигурном катании на коньках, художественной гимнастике [11].

Велико для школьников и студентов так же и образовательно-воспитательное значение спортивных игр. Игровые виды спорта являются продуктом сознательной деятельности человека. Они помогают использовать, приобретенные в процессе спортивных игр, специальные знания, умения и навыки, а также физические качества в повседневной жизни, которые содействуют преодолению трудностей в сложных ситуациях.

Спортивные игры помогают школьникам и студентам в воспитании смелости, тем самым помогают преодолеть страх. Например, при проведении различных спортивных игр, необходимо сделать то, чего человек боится, чтобы не подвести свою команду. Например, пройти по тонкой жердочке над водой, спуститься со страховкой с возвышенности, подняться по веревочной лестнице вверх. Также такие игры очень сильно учат терпению, не только боли, но и физических нагрузок.

Спортивные игры способны сплотить общество в единое целое и наполнить их стремлением к успеху и победе, в пример можно привести

момент, когда идет чемпионат мира по футболу, на стадионе и у телевизора в едином порыве объединяются все.

Широкое распространение спортивных игр обусловлено их доступностью, относительной простотой содержания и организации, силой эмоционального воздействия на школьников и студентов.

Все приобретенные черты характера приносят только пользу человеку. Они способствуют развитию физических и психических качеств, формирует не только двигательные умения и навыки, но и личность [2].

В процессе игры воспитание переходит в самовоспитание школьников и студентов [3].

Таким образом, спортивные игры способствуют творческому развитию школьников и студентов, несут в себе положительный эмоционально-психологический фон, пробуждают стремление к дальнейшему физическому и духовному совершенствованию, укреплению здоровья [1, 5, 6], отвлекают от вредных компьютерных привычек [4, 9]. Ведь во время спортивных игр школьники и студенты не только используют навыки уже знакомые, но и постепенно их усвершенствуют. Помимо этого каждый человек, который начинает заниматься всерьез какой либо спортивной игрой может сделать себе в будущем карьеру. Каждый, кто связывает свою жизнь со спортом – идет к успешному будущему [7, 8, 13]!

Литература

1. Галимов Г. Я. Эффективность использования в системе физического воспитания студентов нетрадиционных средств на примере хатха-йоги / Г. Я. Галимов, В. А. Кузьмин, М. Д. Кудрявцев, Ю. А. Копылов, А. В. Гаськов // Вестник Бурятского государственного университета. – 2014. – № 13–1. – С. 41–44.
2. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. / Е. Н. Гогунев, Б. И. Мартыанов – М. : Издательский центр «Академия», 2000. – 288 с.
3. Железняк Ю. Д. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков; Под ред. Ю. Д. Же-лезняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Издатель-ский центр «Академия», 2004г. – 520 с.
4. Кудрявцев М. Д. Влияние мониторинговых вредных привычек на здоровый образ жизни студентов / М. Д. Кудрявцев, И. Е. Крамида, А. Ю. Осипов.// Теория и практика физической культуры. - 2016. - № 6. - С. 24–26.
5. Кудрявцев М. Д. Оздоровительная направленность учебных занятий по физической культуре / М. Д. Кудрявцев, Г. Я. Галимов // Вестник Красноярского государственного педагогического университета – 2013. – Педагогика Вып. №2. – С. 118–121.
6. Кудрявцев М. Д. Организация физкультурно-образовательной деятельности в развивающем обучении [Текст] / М. Д. Кудрявцев, Г. Я. Галимов, В. А. Стрельников // Вестник Бурятского государственного университета. – 2012 – Дополнительный выпуск Б, № SB. – С. 97–105.
7. Кудрявцев М. Д. Современные психолого-педагогические аспекты преподавания физической культуры в ВУЗе [Текст] / М. Д. Кудрявцев // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных заведениях высшего профессионального образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Красноярск, 2010. – С. 167–169.

8. Кудрявцев М. Д. Современные подходы к созданию концепции и обновлению структуры и содержания оздоровительного физического воспитания студентов ВУЗов. [Текст] / М. Д. Кудрявцев, Г. Я. Галимов, А. В. Гаськов, В. А. Кузьмин, Ю. А. Копылов // Вестник Бурятского государственного университета. – 2014 – Выпуск 14. Физическая культура – № 13-1. – С. 34–41.
9. Кокова Е. И. Коррекция девиантного поведения учащихся школьного возраста средствами физической культуры и спорта / Е. И. Кокова, М. Д. Кудрявцев, Ю. А. Копылов – Красноярск: КГТЭИ, 2010. – 262 с.
10. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. / Л. И. Лубышева – М. : Издательский центр «Академия», 2001. – 240 с.
11. Лях В. И. Физическая культура. 10–11 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений/В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 237 с.
12. Тутушкина М. К. Практическая психология: Учебник – 2-е изд. /М.К. Тутушкина – СПб : «Дидактика Плюс», 1998 – 227 с.
13. Скурихина Н. В. Фитнес-йога как современная технология укрепления психофизического состояния и психосоциального здоровья студенток специальных медицинских групп / М. Д. Кудрявцев, В. А. Кузьмин, С. С. Ермаков// Физическое воспитание студентов. – 2016. – № 2. – С. 24–31.

Информация об авторах:

Бахматова Дарья Дмитриевна – студентка

Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М. Ф. Решетнёва

E-mail: bakhmatovaDaria@yandex.ru

Костенко Юлия Александровна – студентка

Торгово-экономический институт ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет»

E-mail: yulichka_kostenko@mail.ru

Научный руководитель: Кудрявцев Михаил Дмитриевич – доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры физического воспитания ФФКС ФГБОУ ВО «Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М. Ф. Решетнёва»

Поступила в редакцию 22.12.2016