ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НЕСТАНДАРТНЫХ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ В ВУЗАХ И ШКОЛАХ

В.М. Паршакова, *старший преподаватель*
Пермского государственного аграрно-технологического университета имени академика Д.Н. Прянишникова
(Россия, г. Пермь)

DOI: 10.24411/2500-1000-2019-10554

Аннотация. *Во всестороннем развитии личности важное значение имеет физическое воспитание. В данный момент актуально стоит вопрос о логичном и рациональном внедрении новых средств в проведении уроков физической культуры, так как в школьных, студенческих спортивных залах довольно устаревшее спортивное оборудование, которое не позволяет увеличить плодотворность урока, снять некий психологический барьер в обучении. Решить эти проблемы можно с помощью использования нестандартного спортивного оборудования в процессе физического воспитания.*

Ключевые слова: *нестандартный инвентарь, физическое воспитание, учебная практика, плоскостные спортивные сооружения.*

Нестандартный инвентарь – это инвентарь, сделанный собственными руками из подручных средств, а также к нестандартному инвентарю можно отнести весь современный спортивный инвентарь, который ранее не применялся на уроках физической культуры в учебном процессе школьников и студентов, использование такого инвентаря в учебной практике увеличивает количество упражнений для разных групп мышц учащихся и студентов, которые имеют различную физическую подготовленность. Любая физическая деятельность человека в быту, на производстве, в спорте требует определённого уровня развития физических качеств и чем он выше, тем лучше работает организм и у него выше производительность труда при меньших затратах энергии. Основными физическими качествами выступают выносливость человека, его сила, быстрота, гибкость, ловкость и скоростно-силовые. От уровня развития данных качеств зависит насколько будет эффективна трудовая деятельность. В результате работы с нестандартным инвентарем у учащихся и студентов развивается мышление и творческие способности. А также нужно учитывать, что нестандартный инвентарь должен соответствовать следующим требованиям: быть надежным, соответствовать требованиям гигиены; соответствовать правилам техники безопасности; соответствовать индивидуальным возможностям учащихся; достаточно легко и быстро разворачиваться, убираться на хранение; обеспечивать большую пропускную способность.

Бесспорно, профессиональные навыки, возможно, приобрести и совершенствовать в процессе обучения и работы, но бесконечные и однообразные повторения скоро надоедят. При изучении данной темы стоит задуматься над такими вопросами: а существуют ли преимущества нестандартного оборудования и инвентаря перед стандартными прототипами? И стоит ли вообще обращаться к такому оборудованию? Итак, изучив необходимый материал, выяснились следующие преимущества. Появляется возможность для использования большого разнообразия новых двигательных действий, значительно увеличивается диапазон видов стандартных упражнений в новых условиях. Это дает возможность обеспечения высокой интенсивности и моторной плотности урока, создать условия для проявления учащимися фантазии, творчества, изучив преимущества нестандартного оборудования можно смело сказать, что у него достаточно много преимуществ перед обычном спортивным оборудованием. Физические качества развиваются естественно происходит это

сравнительно медленно. Можно привести немало таких примеров нестандартного спортивного оборудования, например, складная наклонная скамья, складные перекладины, подъемные гимнастические кольца, переносные брусья. Нестандартное спортивное оборудование характеризуется тем, что его удобно и легко применить на занятиях. Данное оборудование прививает интерес и любовь к занятиям, снимает некие барьеры между взрослыми. В результате применения такого оборудования на уроках учащиеся и студенты начинают бережнее относится к инвентарю, также повышается плотность урока и улучшается качество обучения.

Так как в современном мире растет роль физической культуры и спорта, растет роль и спортивного оборудования, а так как государство не может в полной мере обеспечить полное обеспечение всех школ и вузов нашей страны новым суперсовременным оборудованием, поэтому применение нестандартного оборудования в учебной практике выход из сложившихся достаточно сложных ситуаций. Большое значение в настоящее время имеет значение здоровья. От этого зависит благополучие общества. Однако не все люди вовремя начинают заботиться о своем здоровье. С каждым годом все больше больных неизлечимыми болезнями. А это все экологические проблемы, неправильное питание, провождение свободного времени за техникой (компьютеры, телевизоры, телефоны), химические добавки в продуктах, вода, лень и д.р. У населения снижается интерес к спортивной деятельности, что и приводит к различным заболевания и т.д. Познакомившись с определенной литературой по данной теме, прочитав мнение специалистов в области физического воспитании захотелось попробовать поработать с таким оборудованием, у которого столько плюсов при работе с ним. Ведь применение такого оборудования: повышает интерес к различным видам спорта, побуждает к самостоятельной деятельности в домашних условиях, поднимает настроение, улучшает физический тонус. Таким образом, использование физкультурного оборудования помогает решить одну из важнейших задач физического воспитания и развития - повышение уровня своего здоровья, выработке определенных физических качеств. Нестандартное физкультурное оборудование способствует осуществлению личностно-ориентированного взаимодействия педагога со студентами.

В заключение хочется сказать: материально-техническое обеспечение урока нестандартным оборудованием существенно увеличивает плотность занятий, вызывает повышение интереса учащихся, создает возможности для эффективных организационно-методических форм урока. В конечном итоге – во многом способствует результативности занятий. Кроме того, использование нестандартного оборудования применимо на уроках физкультуры и является одним из средств формирования интереса и здоровья учащихся и студентов. В результате использования нестандартного оборудования у студентов меняется отношение к занятиям физической культуры, учителю, своему здоровью.

Библиографический список

1. *Бальсевич, В.К.* Спортивный вектор физического воспитания в российской школе. – М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2006. – 112 с.

2. *Лукьяненко, В.П.* Современное состояние и концепция реформирования системы общего образования в области физической культуры: монография. – М.: Советский спорт, 2005. – 255 с.

3. *Одинцова, И.Б.* Аэробика и фитнес. Современные методики: аэробика, шейпинг, стретчинг, калланетика: рекомендации специалиста. М.: ЭКСМО, 2003. – 157 с.

THE EFFECTIVENESS OF THE USE OF NON-STANDARD SPORTS FACILITIES IN UNIVERSITIES AND SCHOOLS

V.M. Parshakova, *senior lecturer*
Perm state agro-technological university named after academician D.N. Pryanishnikov (Russia, Perm)

Abstract *Physical education is of great importance in the comprehensive development of personality. At the moment the question of logical and rational introduction of new means in carrying out lessons of physical culture as in school, student gyms quite outdated sports equipment which doesn't allow to increase fruitfulness of a lesson, to remove a certain psychological barrier in training is actual. These problems can be solved by using non-standard sports equipment in the process of physical education.*

Keywords: *non-standard equipment, physical education, educational practice, plane sports facilities.*