

РОЛЬ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР В УЧЕБНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

О.А. Сбитнева, старший преподаватель
Пермский государственный аграрно-технологический университет имени академика
Д.Н. Прянишникова
(Россия, г. Пермь)

DOI:10.24412/2500-1000-2022-4-1-135-137

***Аннотация.** В статье рассматривается значимость физической культуры и спорта в вузе. Обсуждается эффективность и целесообразность национальных подвижных игр в учебно-образовательном процессе. Рассматривается роль игры в нравственном воспитании. Отражено влияние национальных подвижных игр на физическое, умственное, эстетическое развитие. Выявлена связь подвижных игр и развития физических качеств. Установлен национальный состав обучающихся студентов вуза. Представлены подвижные игры разных национальностей. Определены развивающие задачи игр.*

***Ключевые слова:** национальные подвижные игры, двигательная активность, учебно-образовательный процесс, физическая культура, физические качества, студенты.*

Физическая культура является частью общей культуры общества, образа жизни студентов. Достаточная двигательная активность способствует укреплению и повышению уровня здоровья, физической подготовленности, всестороннему физическому развитию, работоспособности студенческой молодежи. В современной системе высшего образования одной из основных задач является патриотическое и интернациональное воспитание молодежи. Внедрение национальной культуры в физическом воспитании, использование национальных подвижных игр в образовательном процессе свидетельствуют о высокой ценности подобного средства физической культуры в разносторонней подготовке студентов, гуманизации процесса обучения молодого поколения. Использование национальных подвижных игр в образовательном процессе позволяет реализовать недостаток двигательной активности, получить знания о национальной культуре, сформировать свое отношение к ней, снять эмоциональное напряжение. Игра является постоянно изменяющимся действием: физическим, эмоциональным, интеллектуальным, основанным на оценке обстановки, принятии альтернативных решений и их реализации в конкретной ситуации. Каждая страна имеет свою собственную традиционную физическую

культуру, совершенствует физическое воспитание населения, стремится улучшить согласие между народами [1].

Для выявления эффективности использования национальных подвижных игр в учебно-образовательном процессе был поставлен ряд задач: изучить методическую литературу по теме, выявить влияние подвижных игр на здоровье студентов, выявить влияние подвижных игр на развитие физических качеств, выявить национальный состав студентов вуза, изучить подвижные игры разных национальностей.

В процессе исследования выявлено, что в Пермском государственном аграрно-технологическом университете обучается 81 иностранный студент. Представители таких стран как: Афганистан, Грузия, Иран, Казахстан, Армения, Азербайджан, Таджикистан, Узбекистан, ЮАР и Сомали. В вузе обучаются студенты из Республики Башкортостан, Удмуртской Республики, Республики Татарстан, Республики Коми и других национальностей. Высшее образование в России с каждым годом становится востребованным как для Россиян, так и для иностранных студентов. Физическая культура способствует установлению межличностных отношений. Для повышения эффективности учебно-образовательного процесса в вузе необходимо включать в практические занятия по элективным

дисциплинам физической культуры командные игры, национальные подвижные игры. В каждой подвижной игре есть свой смысл и своя ценность. Каждый участник обязуется выполнять правила в игре, которые на протяжении веков совершенствует народ, он знает и выполняет требования культуры народа, с уважением относится к традициям, основанным на уважении к человеческим ценностям [2]. Игровая деятельность способствует формированию коллективизма, взаимопонимания, чувства доверия, уважения, взаимопомощи. В подвижных играх развиваются физические качества: сила, выносливость, быстрота, гибкость, ловкость. В процессе игры повышается уровень развития координационных качеств, таких как подвижность,

точность, прыгучесть, равновесие, меткость, пластичность, ритмичность. Каждая игра активизирует память, внимание, мышление, восприятие, воображение. Игровая деятельность требует активной работы крупных и мелких мышц, укрепляет органы ССС, дыхательной, нервной, иммунной, пищеварительной системы, опорно-двигательного аппарата, способствует лучшему обмену веществ. Занятия подвижными играми положительно сказываются на развитии зрительного, вестибулярного, мышечного и других анализаторов [3].

В ходе исследования рассмотрены, изучены подвижные игры разных национальностей (табл. 1).

Таблица 1. Национальные подвижные игры

<p>Украинская игра: Аисты. В игре участвуют 6-8 человек, изображают аистов. Все игроки становятся в один общий круг. Каждый игрок очерчивает вокруг себя круг диаметром в один метр (гнездо). Водящий становится в центр круга. По сигналу водящего все игроки (аисты) стоят на одной ноге. Водящий прыгает по кругу на одной ноге, выбирает себе любое гнездо и запрыгивает в него. Как только в гнезде окажется два аиста, оба они должны выскочить из гнезда и, прыгать на одной ноге вокруг общего круга (один справа, другой слева). Участнику, которому не хватило гнезда, становится водящим.</p>	<p>Игра развивает ловкость, быстроту, ориентирование в пространстве, внимание</p>
<p>Армянская игра: Перетягивание палки. Два игрока садятся на пол друг против друга, упиравшись ступнями. В руки они берут палку (можно веревку, ремешок, или просто держаться за руки). При этом одна рука находится в середине палки, другая с краю. По сигналу игроки начинают тянуть друг друга, стараясь поднять соперника на ноги. Выигрывает тот игрок, которому удастся поднять противника на ноги.</p>	<p>Игра развивает силу, выдержку, укрепляет мышцы туловища.</p>
<p>Русская игра: Салки. Выбирается водящий («салка»). По команде водящий догоняет одного из игроков. Коснувшись его рукой, водящим становится осаленный игрок.</p>	<p>Игра развивает быстроту, ловкость, выносливость</p>
<p>Азербайджанская игра: День и ночь (Геджа ве гюндюз). На расстоянии друг от друга проводятся две линии. Команда «Ночь» у одной линии, команда «День» у другой. По команде «Ночь» игроки этой команды догоняют игроков команды «День». Осаленные игроки переходят в команду соперника. В чьей команде будет больше игроков, та и считается победителем.</p>	<p>Игра развивает ловкость, быстроту, концентрацию внимания</p>
<p>Татарская игра: Займи место (Буш урьш). Выбирают водящего, игроки образуют круг, ходят взявшись за руки. Водящий касается одного игрока рукой, оба участника обегают круг навстречу друг другу. Игрок, который не успел занять свободное место, становится водящим.</p>	<p>Игра развивает быстроту двигательной реакции, координационные способности</p>
<p>Грузинская игра: Лело Участники должны донести мяч до линии противника, расположенной на противоположной стороне поля, которое по-грузински и называется лело. Играют две команды, каждая численностью до 15 человек на поле длиной 150-300 м и шириной 70-100 м. Величина мяча 60-70 см по окружности, вес 2- 3 кг. Перед началом игры участники располагаются в круге (диаметр 10 м.) в центре поля. Мяч можно перебрасывать, нести в руках, ударять ногами.</p>	<p>Игра развивает ловкость, быстроту мышления, реакцию, выносливость.</p>
<p>Африканская игра: Попади в обруч палкой. Выбирается водящий, который получает большой обруч. У остальных игроков в руках палки. Игроки встают в одну шеренгу. Водящий прокатывает обруч перед игроками. Игроки бросают по очереди палки на сигнал «Go!», стараясь, чтобы палка пролетела сквозь обруч. Игрок, попавший палкой в обруч, получает одно очко. Победившим считается игрок, набравший наибольшее количество очков.</p>	<p>Игра развивает меткость, быстроту реакции, ловкость, внимание</p>

Национальные подвижные игры способствуют укреплению и сохранению здоровья, профилактике заболеваний. Повышают функциональную деятельность организма. Оказывают положительное воздействие на формирование общей и профессиональной культуры личности. С использованием национальных подвижных игр у студентов формируется устойчивый интерес и положительное отношение к занятиям физической культуры, которые являются универсальным средством для самоподготовки, самореализации, в дальнейшем достижении физического совершенства.

Играя, молодежь учится использовать свои знания, умения, навыки на практике, использовать игры в различных условиях жизни. В играх открывается простор для творческой выдумки и смекалки. В играх мобилизуются знания, осуществляется самостоятельный выбор для решения самостоятельных задач [4]. Формирование потребности в здоровом стиле жизни, культурном досуге, устойчивой жизненной позиции позволяет студентам обеспечивать успешную социализацию, профессиональное становление.

Библиографический список

1. Асадулаева Н.А. Развивающий потенциал традиционных игр народов Дагестана: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. – Москва, 1998. – 259 с.
2. Адамбеков К.И. Социально-педагогические основы физического воспитания учащейся молодежи. – Алматы: Санат, 1998. – 198 с.
3. Богатуров А.Д. Здоровый образ жизни. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2011. – 265 с.
4. Турсунов Н.Н. Таджикские национальные игры. – Душанбе: Ирфон, 1998. – 128 с.

THE ROLE OF NATIONAL OUTDOOR GAMES IN THE EDUCATIONAL PROCESS

O.A. Sbitneva, Senior Lecturer

**Perm State Agrarno-Technological University named after academician D.N. Pryanishnikova
(Russia, Perm)**

Abstract. *The article discusses the importance of physical culture and sports in higher education. The effectiveness and expediency of national outdoor games in the educational process is discussed. The role of the game in moral education is considered. The influence of national outdoor games on physical, mental, and aesthetic development is reflected. The connection between outdoor games and the development of physical qualities is revealed. The national composition of university students has been established. Outdoor games of different nationalities are presented. The developmental tasks of the games are defined.*

Keywords: *national outdoor games, motor activity, educational process, physical culture, physical qualities, students.*