

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ И НАРОДНЫХ ИГР В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОК

Даниева Яркин Чориева, декан факультета спортивной деятельности и менеджмента Термезского государственного университета

Аннотация: Статья посвящена теоретическим и практическим аспектам применения народных игр как педагогического средства формирования физического потенциала студентов высших учебных заведений. В ходе работы были проанализированы народные подвижные игры и их воздействие на формирование физического потенциала студентов высших учебных заведений. Материалы. Данные, полученные в результате анализа научно-методической и специальной литературы по вопросам реализации народных игр в системе физического воспитания студенческой молодежи; результаты анкетного опроса студентов факультета иностранных языков Елабужского института КФУ. Методы исследования. Проведен анализ научно-методической литературы и систематизация полученных данных авторов. Проведена подготовка к разработке критериев определения уровня формирования мотивации студентов к здоровому образу жизни средствами народных игр. Составление картотеки народных игр. Результаты. Предложена логическая схема классификации народных игр с учетом их воздействия на физические качества. Представлена блок-схема критериев формирования положительной мотивации к здоровому образу жизни. Заключение. Проведенные исследования являются этапом поиска идей для дальнейших исследований. Отмечена необходимость реализации народных игр в физическом воспитании студентов как условия следующих установок: внедрение народных игр в образ жизни; формирование престижности здоровья; реализация принципов прориродосообразности; этнические традиции; максимальное подключение терапии регуляторных механизмов; высокий уровень коммуникации.

Ключевые слова: высшее учебное заведение, студенты, народные игры, физическое воспитание, физический потенциал.

Abstract: The article is about theoretical and practical aspects of using traditional games

as a pedagogical means of physical potential formation in students of higher educational establishments.

During the work we analyzed traditional outdoor games and their influence on physical potential formation in students of higher educational establishments. Materials. The results received after scientific-methodical sources and special literature analysis concerning the questions of traditional games realization in the system of students' physical upbringing; the results of a questionnaire survey among the students of foreign languages faculty of Yelabuga Institute of Kazan Federal University, Russia. Research methods. We analyzed scientific-methodical literature and systematized the received by the authors' results. There was preparation for the criteria creation of students' motivation level determination for a healthy life style by means of traditional games. Results. We offered a logic scheme of traditional games classification taking into account their influence on physical qualities. We presented a blockscheme of the criteria of positive motivation formation for a healthy life style. Conclusion. The carried out research works form the stage of searching for the ideas for further research works. We define the necessity to realize traditional games in physical education of students as the condition of the following mindsets: traditional games introduction into life style; health significance formation; the principles of nature-congruity realization; ethnic traditions; maximal inclusion of regulatory mechanisms therapy; high level of communication. Keywords: higher educational establishment, students, traditional games, physical education, physical potential.

ВВЕДЕНИЕ Одной из основных задач физического воспитания студентов высших учебных заведений является развитие их физических качеств (сила, выносливость, скорость, гибкость и координация) [1,3,4,5,6,7,8,9,10]. Однако снижение уровня физической подготовленности студентов высших учебных заведений была отмечена во многих работах. Авторы Н.П. Горбунов, (2005), Г.А. Гавролина, (2006), отмечая рост количества студентов с отклонениями в состоянии здоровья, подвергают сомнению эффективность занятий при реализации разнонаправленных физических упражнений и игровых комплексов[4,5]. Такая же ситуация возникла в ПГУ имени Т.Г. Шевченко Приднестровского государственного университета, где

по результатам обязательного тестирования в динамике от 1-го по 5-й курс уровень физической подготовленности снижался в среднем на 5% у юношей и 6% у девушек. На сегодняшний день народные игры применяются как эффективное средство формирования физического потенциала студентов [1,3,11,12]. Многие вузы обращают внимание на необходимость структурирования формирования уровня здоровья студентов с 1-го по 5-й курсы как условия повышения физической и умственной работоспособности [6, с. 101-108]. Татарские народные подвижные игры на занятиях по физической культуре могут решать физкультурно-образовательные задачи, в том числе задачи, направленные на развитие физических качеств у студентов высших учебных заведений. На сегодняшний день большой популярностью пользуются спортивные соревнования, направленные на реализацию культурно-исторического опыта нашего народа. Активно проводятся фестивали и праздники, в основу которых ставят спортивные соревнования и игровые забавы в народных традициях. На территории Татарстана большой популярностью пользуется праздник Сабантуй. В программу данного праздника включено множество различных соревнований, требующих разного уровня подготовленности. Применение народных подвижных игр в урочной и неурочной деятельности может решить такие задачи, как развитие физической подготовленности занимающихся и приобщение к народным традициям, а именно формирование культуры сознания наших студентов. Как говорил А.М. Горький, «Игра – это путь детей к познанию мира, в котором они живут и который они призваны изменить». С развитием общества роль игры в обществе меняется. В играх отражаются традиции народов, их манера поведения, жизненный уклад [11,12]. Одной из основных проблем является сокращение времени, которое уделяется на игровую деятельность в высших учебных заведениях. Не менее важной проблемой является упадок престижа народных игр. Народные игры теряют свою уникальность, которая проявляется в традиционной терминологии, символике, присутствии определенных игровых предметов и многого другого. Именно эти элементы составляют уникальность народных игр. Наряду с этим важным остается проблема возрождения народных игр как раздела физического

воспитания студентов в рамках учебной дисциплины «Физическая культура». Цель исследования – изучение теоретических и практических аспектов применения народных игр как средства формирования физического потенциала студентов вузов. Задачи исследования: 1. Изучить мнение специалистов по вопросам реализации средств народных игр как условия формирования физического потенциала. 2. Определить значение народных игр в системе формирования здорового образа жизни. 3. Провести анкетный опрос студентов факультета иностранных языков Елабужского института КФУ. 4. Построить логическую схему классификации народных игр по направлению воздействия на физический потенциал студентов.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ Проанализировано около 200 народных игр. Проведен анализ научно-методической и специальной литературы по вопросам реализации народных игр в системе физического воспитания студенческой молодежи. Проведена подготовка к разработке критериев определения уровня формирования мотивации студентов к здоровому образу жизни средствами народных игр. Составлена картотека народных игр. Выявлено отношение студентов факультета иностранных языков Елабужского института КФУ к использованию средств народных игр на занятиях по физической культуре. В анкетном опросе принимали участие русскоязычные студенты (n=22) и иностранные студенты (n=25).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ При анализе научно-методической литературы отмечено, что применение народных подвижных игр на элективных занятиях по физической культуре позволит решить большое количество воспитательных, оздоровительных и образовательных задач. В ходе игровой деятельности студенты смогут не только эффективно заниматься развитием своих физических качеств, но и более глубоко изучить культуру своего народа и его традиции. Вопросами влияния народных игр на физические способности занимались многие специалисты-практики. М. Григорьев выделял ряд игр, которые направлены на развитие определенных качеств занимающихся. На рисунке 1 представлена направленность влияния народных игр, где центральное место занимает развитие физических качеств. Отмечена значимость народных игр в

формировании здорового образа жизни занимающихся. Выявлены следующие структурные компоненты, подчеркивающие особенности народных подвижных игр: • присутствие в народных играх элементов трудовой деятельности; • формирование коллективизма; • развитие творческих способностей занимающихся; • формирование лидерских способностей; • развитие физических качеств занимающихся и многое другое. Все народные игры имеют многовековую историю, они несут в себе традиции своего народа, направленные на воспитание физически здорового, любознательного и жизнерадостного человека, поэтому народные игры можно разделить на подвижные, познавательные, ролевые и обрядовые

Used literature

1. Chorievna D. Y., Or'olovich B. C. OPPORTUNITIES TO USE NATIONAL AND MOVEMENT GAMES IN PHYSICAL EDUCATION AND ATHLETICS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 05. – С. 909-913.
2. Chorievna D. Y. et al. CONDITIONS FOR PREPARING FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS FOR PROFESSIONAL ACTIVITIES ON THE BASIS OF SPORTS COACHING //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 05. – С. 897-900.
3. Chorievna D. Y., Khudaymuratovich D. S. IMPROVING THE PHYSICAL FITNESS OF YOUNG PLAYERS THROUGH ACTION GAMES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 05. – С. 893-896.
4. Даниева Я. Ч., Салимов У. Ш., Бердиева Х. К. СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ–ВОСПИТЫВАЮЩИЙ ФАКТОР ЧЕЛОВЕКА НОВОГО ОБЩЕСТВА //Университетский спорт: здоровье и процветание нации. – 2015.
5. Даниева Я. Ч. Проблемы оптимизации двигательной активности у студентов-девушек //Наука, образование и культура. – 2020. – №. 4 (48). – С. 46-48.
6. Усмонова М., Алаудинова Д. Р. ЯЗЫК ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИННОВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ //Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 7. – С. 161-165.
7. Эргашев Х. Ч. РАЗВИТИЕ ЭКОНОМИКИ ПО СОСЕДСТВУ, ПРИВЛЕКАЯ ИННОВАЦИИ И ЦИФРОВИЗАЦИЮ В МАЛЫЙ БИЗНЕС И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО (В СЛУЧАЕ СУРХАНДАРЬИНСКОЙ ОБЛАСТИ) //Экономика и социум. – 2023. – №. 1-1 (104). – С. 507-510.