(cc) BY

Дворецкая Кристина Алексеевна
бакалавр, студентка
Научный руководитель
Александров Спартак Геннадьевич
канд. пед. наук, доцент
Краснодарский филиал ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова»
г. Краснодар, Краснодарский край

О ЗНАЧЕНИИ ГАНДБОЛА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ: К ПОСТАНОВКЕ ВОПРОСА

Аннотация*: в статье рассмотрен вопрос потенциала гандбола в физическом воспитании студентов вузов, формировании и развитии у них физических качеств, становлении и совершенствовании двигательных навыков посредством учебных и внеучебных занятий.*

Ключевые слова*: гандбол, физическая культура, спорт, студенты вузов, физические качества, двигательные умения, двигательные навыки.*

Результаты исследования и их обсуждение. Гандбол является популярным видом спортивных игр, имеющим широкое распространение в России, в том числе на Кубани. Проводятся многочисленные соревнования: чемпионаты и первенства России, субъектов Российской Федерации, муниципальных образований, различные международные турниры. Он включен в программу Олимпийских игр, широко применяется в процессе физического воспитания студенческой молодежи, входит в программы учебных и внеучебных занятий в вузах, по гандболу приводятся универсиады Кубани, России, первенства Европы и мира среди студентов вузов [1; 2; 8].

Предполагается, что внедрение гандбола в учебную программу вуза позволит улучшить у студентов результаты тестов двигательной подготовленности, сформирует положительные качества характера [5; 6].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Занятия гандболом оказывают разностороннее влияние на организм тренирующихся, способствуют стимулированию процессов физического развития гандболистов-юниоров, развивают физические качества – быстроту, скоростную выносливость, скоростно-силовые способности, ловкость, гибкость. Также они положительно воздействуют на формирование двигательных умений и навыков занимающихся, формируют положительные личностные характеристики, необходимые и в спорте, и в жизни. Это коллективизм, смекалка, дисциплинированность, настойчивость, способность взаимодействовать с товарищами по команде, смелость и бесстрашие [7].

Уровень подготовленности студентов-гандболистов зависит от качественного, сбалансированного процесса учебно-тренировочной подготовки, формированию у занимающихся знаний, умений и навыков, характеризующих различные виды подготовки – общую и специальную физическую, техническую, тактическую, психологическую, теоретическую и интегральную, которые в совокупности определяют квалификационные характеристики гандболистов [3].

Гандбол оказывает благотворное влияние на развитие двигательных навыков. Предполагается, что у студентов, которые начнут активные занятия гандболом, более интенсивно будет происходить прирост двигательных способностей, показателей морфофункционального развития.

Выявлен ряд проблем, с которыми могут столкнуться студенты вузов в процессе освоения техники и тактики игры.

Вот некоторые из них.

1. Отсутствие общения в играх: студенты часто чувствуют себя некомфортно, выкрикивая имена друг друга, что вызвано отсутствием у них пространственного восприятия.

2. Студенты используют меньше «эффективного пространства» на площадке, «перегружают мяч», меньше двигаются на протяжении игры.

3. Студенты стоят на площадке и наблюдают за игрой в качестве зрителей вместо того, чтобы быть вовлеченными в игру.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

4. Игрокам не хватает уверенности в правильности принятых решений, с которыми они сталкиваются в игре.

Физическое воспитание в вузах должно быть разносторонним и эффективным. Основной задачей занятий студентами гандболом является расширение возможностей получать удовольствие от процесса физической активности, возможность активно проявлять позитивные психологические и физические качества личности [4].

Очень важно, чтобы вузы координировали программы по физическому воспитанию, согласовывали то, чему они будут учить студентов, чтобы обеспечить регулярные календарные соревнования по гандболу между командами разных вузов, способствуя приросту результатов на протяжении всей «студенческой жизни» занимающихся.

На каждом практическом физкультурном занятии в вузе, преподаватели должны поощрять игры, способствующие правильному использованию пространства. Это предполагает, что студенты понимают, как эффективно использовать спортплощадку, как рассредоточиться и взаимодействовать с командой, а также как играть разные роли в игре в гандбол, продвигая идею командной работы.

Мы провели социологический опрос среди 29 студентов очной формы обучения 1–3 курсов КФ РЭУ им. Г.В. Плеханова. Результаты опроса представлены в таблице:

Таблица

Осведомленность студентов об игре гандбол и их желание заняться этой спортивной игрой (по результатам опроса)

Вопрос	Ответы, кол-во	
	Да	Нет
Знаете ли Вы что такое гандбол?	29	–
Хотели бы Вы заниматься гандболом?	24	5
Считаете ли Вы этот вид спорта эффективным?	28	1
Играли ли Вы когда-нибудь в гандбол?	21	8

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Заключение. Таким образом, проанализировав полученные данные, мы пришли к выводу, что большинство студентов вуза знают, что такое гандбол, считают данный вид спорта эффективным и хотели бы им заниматься в рамках дополнительной обучающей программы по предмету «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Список литературы

1. Александров С.Г. Организация самостоятельных занятий физической культурой и спортом студентов вузов: учебно-методическое пособие / С.Г. Александров. – Краснодар: ИП Тасалов А.В., 2021. – 87 с.

2. Александров С.Г. Перспективы развития мирового олимпийского движения в 21 веке / С.Г. Александров // Актуальные проблемы олимпийского движения и физического воспитания молодежи: Сборник докладов научно-практической конференции, посвященной 100-летию современных Олимпийских Игр. – Краснодар: КГАФК, 1996. – С. 18–20.

3. Александров С.Г. История, теория и методика физической культуры и отдельных видов спорта: практикум для студентов вузов / С.Г. Александров, Д.В. Белинский. – Краснодар: Краснодарский кооперативный институт, 2018. – 116 с.

4. Александров С.Г. Физическая культура и спорт: сборник лекций / С.Г. Александров, Д.В. Белинский. – Краснодар: Краснодарский кооперативный институт, 2018. – Ч. 1. – 149 с.

5. Александров С.Г. О формировании стратегии физкультурного воспитания российского студенчества / С.Г. Александров, Д.В. Белинский, Л.Н.Шамсутдинова // Россия и мировое сообщество: проблемы демографии, экологии и здоровья населения. Сборник статей II Международной научно-практической конференции. – Пенза: ПГАУ, 2019. – С. 14–17.

6. Александров С.Г. Отношение студентов к физической культуре и спорту: социологический анализ / С.Г. Александров, С.Ю. Дудникова // Наука и образование: актуальные вопросы, проблемы теории и практики: сборник научных трудов Национальной (всероссийской) научно-практической конференции. – Краснодар: КФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2020. – С. 67–70.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

7. Александров С.Г. Об олимпийском образовании в физическом воспитании студентов вузов / С.Г. Александров, Д.А. Колмыков // Актуальные вопросы современных научных исследований: Теория и практика: Сборник научных трудов V Международной научно-практической конференции. – Краснодар: КФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2021. – С. 31–36.

8. Кравцова П.В. Роль спортивных игр в физическом воспитании студентов / П.В. Кравцова, Е.С. Клушина, С.Г. Александров // Молодые исследователи: взгляд в прошлое, настоящее, будущее. Сборник научных статей II Международной студенческой научно-практической конференции. – Смоленск: СФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2022. – С. 116–120.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)