

Копейкина Евгения Николаевна

канд. пед. наук, доцент

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет»

г. Белгород, Белгородская область

НАРОДНЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

Аннотация: народные подвижные игры играют важную роль в физическом воспитании студентов. Цель исследования – оценить влияние включения народных подвижных игр в занятия по дисциплине «Физическая культура» на адаптацию первокурсников и создания благоприятного микроклимата в студенческих группах. Организация и методы исследования. Исследование проводилось среди студентов первого курса НИУ «БелГУ» специального медицинского отделения в течение одного учебного семестра с сентября 2024 г. по январь 2025 г. В исследовании приняли участие 104 студента в возрасте 18–20 лет, отнесенных по состоянию здоровья к специальному медицинскому отделению. Были сформированы две группы: КГ (n=52 человека) и ЭГ (n=52 человека). Методы исследования: изучение, анализ, сопоставление данных научно-методической литературы; опрос (методики «Определение индекса групповой сплоченности К. Сишора», «Оценка микроклимата студенческой группы (В.М. Завьялова)», «Изучение психологического климата в учебной группе» [1; 6]); статистическая обработка полученных результатов (t-критерий Стьюдента). Проведенное исследование позволило констатировать, что состояние межличностных отношений в ЭГ стало характеризоваться большей сплочённостью. Большинство членов ЭГ объединяются, поддерживают друг друга. Включение народных подвижных игр в занятия по дисциплине «Физическая культура» оказывает положительное влияние на адаптацию первокурсников и создание благоприятного микроклимата в студенческих группах.

Ключевые слова: студенты, физическое воспитание, народные подвижные игры, микроклимат студенческой группы.

Обучение в вузе – один из самых важных периодов в жизни каждого человека, который отличается огромными изменениями в социальном и психологическом плане, а также закладывает основу дальнейшей жизни. В студенческие годы проходят такие процессы, как социализация, профессиональное самоопределение, формирование мировоззренческой позиции [2; 8].

Для всех студентов-первокурсников процесс адаптации к условиям обучения в вузе связан с обусловленными трудностями. При этом молодые люди по-разному приспосабливаются к изменившимся условиям жизни [3].

Это, прежде всего, зависит от их уровня адаптивности, который может быть высоким, средним и низким. На уровень адаптивности влияют не только врожденные, но и приобретенные способности, он может изменяться под воздействием воспитания, обучения, условий и образа жизни [4; 7].

Благоприятный микроклимат в учебной группе – это когда в ней царит доброжелательная, искренняя, доверительная атмосфера между студентами и преподавателями. В такой обстановке легко учиться, общаться, добиваться поставленных целей каждому студенту. Все вышеизложенное определяет актуальность нашего исследования [5; 8]. Народные подвижные игры играют важную роль в физическом воспитании студентов. Они позволяют реализовать двигательный, познавательный и эмоциональный компоненты образовательного процесса, а также социализировать участников через ролевые функции в играх. Игры содействуют активному общению, установлению контакта и здоровому соперничеству, учат осмысливать и оценивать собственные действия и действия товарищей. Народные подвижные игры несут в себе национальную культуру своего народа.

Цель исследования оценить влияние включения народных подвижных игр в занятия по дисциплине «Физическая культура» на адаптацию первокурсников и создания благоприятного микроклимата в студенческих группах.

Организация и методы исследования. Исследование влияния включения народных подвижных игр в занятия по дисциплине «Физическая культура» на адаптацию первокурсников и создания благоприятного микроклимата в студен-

ческих группах проводилось среди студентов первого курса НИУ «БелГУ» специального медицинского отделения в течение одного учебного семестра с сентября 2024 г. по январь 2025 г. В исследовании приняли участие 104 студента в возрасте 18–20 лет, отнесенных по состоянию здоровья к специальному медицинскому отделению. Были сформированы две группы: КГ (n=52 человека) и ЭГ (n=52 человека). Студенты КГ занимались по стандартной программе вуза, в каждое занятие ЭГ включались различные народные подвижные игры. Методы исследования: изучение, анализ, сопоставление данных научно-методической литературы; опрос (методики «Определение индекса групповой сплоченности К. Сишора», «Оценка микроклимата студенческой группы (В.М. Завьялова)», «Изучение психологического климата в учебной группе» [1; 6]); статистическая обработка полученных результатов (t-критерий Стьюдента).

Результаты исследования и их обсуждение. Для изучения микроклимата в учебных группах был проведен опрос студентов по методикам «Определение индекса групповой сплоченности К. Сишора», «Оценка микроклимата студенческой группы (В. М. Завьялова)» и «Изучение психологического климата в учебной группе». Анализ ответов студентов в сентябре 2024 года показал, что в группах студентов 1 курса, сформированных для занятий физической культурой из обучающихся различных групп всего потока, наблюдается средний уровень групповой сплоченности ($10,29\pm0,28$ балла в ЭГ и $10,21\pm0,28$ балла в КГ), средняя степень благоприятности психологического микроклимата ($35,69\pm1,03$ балла в ЭГ и $34,94\pm0,91$ балла в КГ) и ниже среднего уровень психологического климата в учебной группе ($24,25\pm0,67$ балла в ЭГ и $24,12\pm0,62$ балла в КГ). Это свидетельствует о том, что студенты сталкиваются с трудностями общения с малознакомыми людьми, так как в таком составе эти группы занимаются только на занятиях по «Физической культуре», а остальные предметы посещают в составе академической группы. В поведении студентов отмечается обособленность, не желание взаимодействовать с другими студентами, низкая мотивация к занятиям и к колективным действиям. Несмотря на относительно благопри-

ятную обстановку в учебной группе, в отношениях друг к другу проявляется равнодушие, безразличие, пассивность, иногда враждебность друг к другу.

В течении семестра в каждое занятия со студентами ЭГ включались различные народные подвижные игры. Студентам предоставлялась возможность самостоятельного выбора игры, и ее проведения в качестве руководителя. Результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1

Динамика изменений микроклимата в учебных группах

методика	период	$\bar{M} \pm m$ ЭГ	P внутри группы $t_{расч.}$	$\bar{M} \pm m$ КГ	P внутри группы $t_{расч.}$	P между группами $t_{расч.}$
<i>Определение индекса групповой сплоченности К. Сишиора</i> Уровни групповой сплоченности 15,1 баллов и выше – высокая; 11,6 – 15 балла – выше средней; 7- 11,5 – средняя; 4 – 6,9 – ниже средней; 4 и ниже – низкая.	до	$10,29 \pm 0,28$	9,09*	$10,21 \pm 0,28$	2,0	0,19
	после	$12,02 \pm 0,26$		$10,44 \pm 0,28$		4,95*
<i>Оценка микроклимата студенческой группы (В.М. Завьялова)</i> уровень благоприятности: 50–60 б. – высокая степень; 40–49 б. – средне-высокая степень; 21–39 б. – средняя степень; 11–20 б. – средне-низкая степень; 0–10 б. – незначительная степень	до	$35,69 \pm 1,03$	3,58*	$34,94 \pm 0,91$	2,37*	1,81
	после	$40,04 \pm 0,76$		$35,21 \pm 0,89$		4,48*
<i>Изучение психологического климата в учебной группе</i> психологический климат оценивается в диапазоне от 12 до 60 баллов	до	$24,25 \pm 0,67$	10,49*	$24,12 \pm 0,62$	1,46	0,14
	после	$31,15 \pm 0,73$		$24,65 \pm 0,63$		7,56*

* – достоверность различий по t -критерию Стьюдента ($t_{табличное} = 2,01$).

Сравнительный анализ полученных в ходе исследования данных позволил выявить положительную динамику в показателях микроклимата в ЭГ и КГ. Однако, следует отметить, что у студентов ЭГ положительные изменения носят достоверный характер по всем используемым методикам, тогда как у студентов КГ достоверные улучшения отмечены только в методике «Оценка микроклимата студенческой группы (В.М. Завьялова)» ($p \leq 0,05$ по t -критерию Стьюдента).

Анализ данных, полученных по методике определения индекса групповой сплоченности К. Сишора, свидетельствует о том, что после эксперимента сплоченность ЭГ находится на уровне выше среднего ($12,02 \pm 0,26$ балла), а в КГ осталась на среднем уровне ($10,44 \pm 0,28$ балла).

Анализ данных, полученных по методике, направленной на оценку психологического микроклимата климата в группе, свидетельствует о том, что климат в ЭГ улучшился до средне-высокой степени ($40,04 \pm 0,76$ балла), в КГ осталась на том же, среднем уровне ($35,21 \pm 0,89$ балла).

Изучение психологического климата в учебной группе выявил положительную динамику в ЭГ ($31,15 \pm 0,73$ балла, прирост на 6,9 балла), при этом в КГ существенных изменений не произошло ($24,65 \pm 0,63$ балла, прирост 0,53 балла).

Необходимо подчеркнуть, что проведенное исследование не исчерпало проблем в образовании и воспитании, но доказало, что включение народных подвижных игр в занятия по дисциплине «Физическая культура» оказывает положительное влияние на адаптацию студентов-первокурсников и благоприятный микроклимат в учебных группах.

Выводы. Проведенное исследование позволило констатировать, что состояние межличностных отношений в ЭГ стало характеризоваться большей сплочённостью. Большинство членов ЭГ объединяются, поддерживают друг друга. Необходимо обратить внимание, что в целом в ЭГ преобладает доброжелательность в отношениях, взаимные симпатии, хотя могут возникать конфликты в отношениях, антипатии, но при этом студентам ЭГ нравится совместное времяпрепровождение.

Обобщая все высказанное, можно заключить, что студенты КГ в отличии от ЭГ, в большинстве своем, по-прежнему ведут себя обособленно, общение отмечается лишь между студентами, относящимися к одной академической группе, при этом взаимодействие с другими первокурсниками возникает лишь при необходимости.

Резюмируя изложенный выше материал, можно утверждать, что включение народных подвижных игр в занятия по дисциплине «Физическая культура» оказывают положительное влияние на адаптацию первокурсников и создание благоприятного микроклимата в студенческих группах.

Список литературы

1. Ищенко М.М. Групповая сплоченность как важнейшая характеристика группы и ее организационного поведения / М.М. Ищенко, А. Черкалина // Мировые цивилизации. – 2022. – Т. 7. №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://wcj.world/PDF/07PSMZ322.pdf> (дата обращения: 05.06.2025). EDN АХРМКК
2. Кондаков В.Л. Управление формированием направленности личности школьника (на материале физической культуры): дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / В.Л. Кондаков. – Белгород, 2000. – 190 с. EDN NLRBTEX
3. Кулешова М.В. Двигательная активность как средство социализации студентов / М.В. Кулешова, О.Г. Румба, А.А. Горелов // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2016. – Т. 21. №3–4 (155–156). – С. 79–88. DOI 10.20310/1810-0201-2016-21-3/4(155/156)-79-88. EDN VXPHEJ
4. Формирование физического здоровья студентов вуза средствами физического воспитания / Н.В. Минникаева, С.А. Тюкарова, М.В. Апарина [и др.] // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – №3. – С. 24. DOI 10.17513/spno.29801. EDN НАСQHF
5. Продолятченко П.А. Процесс адаптации студентов-первокурсников в учебной группе // Теория и практика современной науки. – 2016. – №9 (15). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/protsess->

adaptatsii-studentov-pervokursnikov-v-uchebnoy-gruppe (дата обращения: 11.03.2024).

6. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Издво Института психотерапии, 2005. – 490 с.

7. Применение индивидуальных программ самоорганизации двигательных режимов студентов / А.С. Шепляков, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, Н.В. Балышева // Теория и практика физической культуры. – 2023. – №5. – С. 54–56. EDN VDRFMM

8. Шолохова Г.П. Адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе / Г.П. Шолохова, И.В. Чичикова // Вестник ОГУ. – 2014. – №3 (164). – С. 103–108. – EDN SEWKIR