

**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 ( $10,29 \pm 0,28$  балла в ЭГ и  $10,21 \pm 0,28$  балла в КГ), средняя степень благоприятности психологического микроклимата ( $35,69 \pm 1,03$  балла в ЭГ и  $34,94 \pm 0,91$  балла в КГ) и ниже среднего уровень психологического климата в учебной группе ( $24,25 \pm 0,67$  балла в ЭГ и  $24,12 \pm 0,62$  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 коллективным 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	ЭГ $M \pm m$	$P$ внутри группы $t_{расч.}$	КГ $M \pm m$	$P$ внутри группы $t_{расч.}$	$P$ между группами $t_{расч.}$
Определение индекса групповой сплоченности К. Сишора 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±0,28	9,09*	10,21±0,28	2,0	0,19
	после	12,02±0,26		10,44±0,28		4,95*
Оценка микроклимата студенческой группы (В.М. Завьялова) 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±1,03	3,58*	34,94±0,91	2,37*	1,81
	после	40,04±0,76		35,21±0,89		4,48*
Изучение психологического климата в учебной группе психологический климат оценивается в диапазоне от 12 до 60 баллов	до	24,25±0,67	10,49*	24,12±0,62	1,46	0,14
	после	31,15±0,73		24,65±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 остался 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 вышесказанное, можно заключить, что студенты КГ в отличие 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 AXPMKK

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 NLRBTX

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. Тюкалова, М.В. Апарина [и др.] // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – №3. – С. 24. DOI 10.17513/spno.29801. EDN HACQHF

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.: Изд-во Института психотерапии, 2005. – 490 с.

7. Применение индивидуальных программ самоорганизации двигательных режимов студентов / А.С. Шепляков, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, Н.В. Бальшева // 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