

**Кириллов Николай Петрович**

тренер-преподаватель

АУ ДО «СШ им. Г.Н. Смирнова»

д. Большие Бикшихи, Чувашская Республика

## **ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА РАЗВИТИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ**

***Аннотация:** в статье рассматривается вопрос о влиянии подвижных игр на развитие обучающихся при организации занятий по спортивной борьбе. Отмечается, что они помогают формировать у детей не только физические навыки, но и психологическую устойчивость, что является важным аспектом в процессе становления спортсмена.*

***Ключевые слова:** физическое воспитание, физическая культура, вольная борьба, подвижная игра, тренер по вольной борьбе, школа, обучающиеся.*

Влияние подвижных игр на развитие обучающихся в контексте организации занятий по спортивной борьбе представляет собой глубокий и многогранный педагогический и физиологический феномен. Это явление выходит за рамки традиционного восприятия игр, которые зачастую рассматриваются лишь как способ эмоциональной разгрузки или разрядки после интенсивных тренировок. Важно отметить, что в таких сложных и координационно требовательных видах спорта, как спортивная борьба – будь то вольная, греко-римская борьба, самбо, дзюдо или различные национальные виды единоборств – подвижные игры играют не просто вспомогательную роль. Они становятся основным инструментом для развития ключевых качеств, необходимых для формирования юного спортсмена.

Если рассматривать процесс подготовки борца как создание целостной личности, способной к моментальному тактическому мышлению, эмоциональной устойчивости, а также к полному контролю над своим телом в условиях жесткого противодействия, то подвижные игры становятся тем уникальным инструментом, который позволяет развивать эти качества в естественной и психо-

логически комфортной форме. Это особенно актуально, когда речь идет о детях, поскольку они зачастую не готовы воспринимать информацию в строгих рамках технического обучения. Подвижные игры помогают обойти барьеры, которые могут возникать при слишком узком подходе к обучению, сосредоточенному исключительно на технических аспектах.

С.Г. Ефимов [1] отмечает, что на начальных этапах многолетней подготовки, особенно в работе с дошкольниками и младшими школьниками, влияние подвижных игр становится системообразующим фактором. Без них полноценное приобщение к спортивной борьбе практически невозможно. Дети в этом возрасте характеризуются неустойчивостью произвольного внимания, а также доминированием игровой мотивации над учебной. Более того, у них еще не сформировано абстрактное понимание понятия «соревновательный поединок». В такой ситуации подвижные игры выступают как естественная среда, где ребенок может впервые познакомиться с элементами единоборства, даже не осознавая этого в терминах «техника» или «тактика». Игры, такие как «Бой петухов», «Выталкивание из круга», «Перетягивание в парах» и «Захвати и удержи», моделируют ключевые биомеханические и психологические ситуации, характерные для борьбы. Эти игры учат детей сохранять равновесие при внешнем воздействии, развивают умение чувствовать партнера через мышечный контакт и способствуют формированию навыков взаимодействия с соперником. В процессе игры ребенок учится реагировать на действия партнера, что является важным аспектом в спортивной борьбе, где каждое движение и реакция могут иметь решающее значение.

По мнению В.Г. Чичина [2], подвижные игры также способствуют развитию таких качеств, как скорость реакции, координация движений и гибкость. Эти навыки являются основополагающими для успешного выступления в соревнованиях по спортивной борьбе. Кроме того, игры создают атмосферу дружелюбия и сотрудничества, что способствует формированию командного духа и взаимопомощи среди юных спортсменов. Это особенно важно в единоборствах, где, несмотря на индивидуальный характер соревнований, поддержка и пони-

мание со стороны товарищей по команде могут сыграть значительную роль в успехе.

Таким образом, подвижные игры представляют собой не только способ развлечения, но и мощный инструмент для развития целого ряда качеств, необходимых для успешной подготовки борцов. Они помогают формировать у детей не только физические навыки, но и психологическую устойчивость, что является важным аспектом в процессе становления спортсмена. Важно понимать, что именно через игру дети могут осваивать сложные концепции борьбы, такие как стратегия, тактика и взаимодействие с соперником, что в дальнейшем окажет положительное влияние на их спортивные достижения. В заключение, влияние подвижных игр на развитие обучающихся в спортивной борьбе нельзя недооценивать. Эти игры становятся основой для формирования целостной личности юного спортсмена, способного к мгновенному принятию решений, эмоциональной устойчивости и контролю над своим телом в условиях соревнований. Поэтому важно интегрировать подвижные игры в учебный процесс, особенно на начальных этапах подготовки, чтобы создать прочный фундамент для будущих успехов в спортивной борьбе.

Несмотря на очевидную педагогическую ценность и доказанную эффективность подвижных игр как средства развития обучающихся в спортивной борьбе, их систематическое и осмысленное использование в реальной тренировочной практике сталкивается с целым комплексом трудностей. Одной из наиболее глубоких и трудно преодолимых трудностей является инерционность профессионального сознания, укорененная в традициях подготовки в видах спорта единоборств. Исторически сложилось так, что спортивная борьба относится к категории видов спорта с высокой степенью формализации тренировочного процесса. В этом контексте доминирует установка на «серьезную», «мужскую» работу, которая противопоставляется игре, воспринимаемой как нечто легковесное, развлекательное и не имеющее прямого отношения к росту спортивного мастерства. Многие тренеры, особенно представители старой школы, воспринимают подвижные игры как «разминку» или «отвлекающий маневр» в

конце тренировки, а не как полноценное средство развития ключевых качеств. Эта профессиональная установка приводит к системной недооценке игрового метода: время, отведенное на игры, либо сокращается до минимума, либо игры используются эпизодически, без методически выстроенной логики их включения в структуру многолетней подготовки. Преодоление этого барьера требует не просто методической грамотности, но и изменения ценностных ориентиров тренера. Необходимо, чтобы тренер был готов признать, что игровая форма может быть более эффективной для формирования определенных качеств, чем многократное повторение технических действий в статичных, предсказуемых условиях. Это осознание должно стать основой для внедрения подвижных игр в тренировочный процесс, а также для создания системы, в которой игры занимают достойное место.

Вторым значимым блоком трудностей выступают организационно-методические ограничения, связанные с материально-технической базой, недостатком времени и ресурсов для полноценного внедрения подвижных игр в тренировочный процесс. Часто тренеры сталкиваются с нехваткой оборудования и пространства, что ограничивает возможности для организации игр. Например, в условиях малометражных залов или ограниченного числа тренировочных площадок сложно реализовать полноценные игровые форматы, которые могли бы эффективно развивать навыки борцов. Кроме того, существует проблема недостаточной подготовки самих тренеров в области использования игровых методов. Многие из них не имеют достаточного опыта и знаний, чтобы интегрировать подвижные игры в свою работу. Это приводит к тому, что даже при наличии желания внедрить игры в тренировочный процесс, тренеры не знают, как это сделать наиболее эффективно. Таким образом, необходима система повышения квалификации тренеров, направленная на обучение методам использования подвижных игр, их адаптации под конкретные возрастные и физические особенности спортсменов.

Также стоит учитывать, что подвижные игры требуют определенного уровня взаимодействия между спортсменами. В условиях, когда команда состо-

ит из спортсменов с разным уровнем подготовки и опытом, может возникнуть проблема недопонимания и отсутствия взаимопонимания. Это может привести к конфликтам и снижению мотивации у более слабых участников, что в свою очередь негативно скажется на общем процессе тренировки. Не менее важным аспектом является вопрос безопасности. Подвижные игры могут нести определенные риски, особенно для детей и подростков. Поэтому тренеры должны быть готовы к тому, чтобы обеспечить безопасность своих подопечных во время игр. Это включает в себя как физическую безопасность, так и психологическую, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и уверенно.

В заключение, можно сказать, что подвижные игры обладают огромным потенциалом для развития юных борцов. Однако для их успешного внедрения в тренировочный процесс необходимо преодолеть ряд трудностей, связанных с инерционностью мышления тренеров, организационно-методическими ограничениями и вопросами безопасности. Только при комплексном подходе, включающем изменение ценностных ориентиров, повышение квалификации тренеров и создание условий для безопасного и эффективного проведения игр, можно раскрыть весь потенциал подвижных игр как средства развития обучающихся в спортивной борьбе.

### *Список литературы*

1. Ефимов С.Г. Использование игровых технологий на занятиях вольной борьбы / С.Г. Ефимов. – URL: <https://clck.ru/3SkAP4> (дата обращения: 15.03.2026).
2. Чичинин В.Г. Специализированные подвижные игры в подготовке юных борцов / В.Г. Чичинин. – URL: <https://clck.ru/3SkAW3> (дата обращения: 15.03.2026).