

Неверов А.М., Марчук С.А.

Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург, Россия

ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИГРОВОГО МЕТОДА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Аннотация. Использование игрового метода на занятиях физической культурой положительно влияет на физическое состояние студентов, способствует формированию навыков самостоятельной работы, умений самостоятельно принимать решения и организовывать свои действия.

Ключевые слова: вуз, игровой метод, физическая культура, физическая подготовка

Neverov A. M., Marchuk S. A.

Ural state University of railway engineering,
Ekaterinburg, Russia

THE EFFECTIVENESS OF THE GAME METHOD IN THE PROCESS OF PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS OF THE UNIVERSITY

Abstract. The use of game method on physical education positively influences on physical condition of students, promotes the formation of skills of independent work, ability to make decisions independently and organise their actions.

Keywords: University, gaming technology, physical culture, physical training

Подготовка квалифицированного специалиста, с высоким уровнем общей культуры, физического здоровья и способного к производительному труду возможна лишь с помощью эффективных методов и средств физического воспитания с учетом особенностей избранной профессии.

Цель исследования: определить значение игрового метода в развитии физических качеств у студентов железнодорожного вуза.

Исследование проводилось в три этапа:

На первом этапе: была выявлена проблема, обоснована и выбрана тема исследования, проведен анализ литературы, определен объект, предмет исследования; сформулированы задачи.

На втором этапе исследования проведено аналитического сопоставления наиболее значимых качеств, формируемых в процессе игровой деятельности и качеств, востребованных в профессиональной деятельности будущего работника железнодорожного транспорта.

На третьем этапе проведены исследования физических качеств у студентов. Сделан сравнительный анализ, обобщение и выводы.

В педагогическом эксперименте приняли участие студенты – юноши, в количестве 20 человек, входящие в состав отделения общей физической подготовки. Студенты занимались физической культурой два раза в неделю. В процессе занятий преимущественно применялся игровой метод (футбол), с элементами состязательности.

Результаты исследования показали, что использование игрового метода на занятиях физической культурой способствуют развитию и закреплению у студентов навыков самостоятельной работы, умению мыслить, управлять коллективом, принимать решения и организовывать их выполнение. Сравнительный анализ физической подготовленности в начале и в конце учебного года показал, что игра позволяет развить физические качества: быстроту, общую выносливость, прыжковую выносливость и прыгучесть, силовую выносливость мышц брюшного пресса, улучшить работоспособность сердечнососудистой и дыхательной системы, что в свою очередь положительно отражается на состоянии здоровья студентов.

Новикова Т.А.

МБДОУ – детский сад № 351 «Крепыш»,
г. Екатеринбург, Россия

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В статье отписывается способы сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Данная деятельность стала Федеральной площадкой при Уро РАН.

Ключевые слова: ребенок, здоровье, взаимодействие радость.

Novikova T. A.

MBDOU – DETSKIJJ sad n 351 "Fortress",
Ekaterinburg, Russia

IMPROVEMENT OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

Abstract. The article evading ways of preservation and strengthening of health of children of preschool age. This activity became a Federal area of the UB RAS.

Keywords: child, health, the interaction of joy.

Сохранение здоровья детей всегда было приоритетной задачей государства. С одной стороны, с дошкольного возраста необходимо начинать оздоровление будущего гражданина страны. С другой стороны, что