

уточнить, что если физиологические механизмы адаптировались к физической нагрузке полноценно, то есть с полной функциональной перестройкой, то уровень приспособительных реакций будет адекватно реагировать практически на все психоэмоциональные всплески, предохраняя организм от разрушительного действия перекисного окисления и деструктивных процессов.

Сапегина Т.А. (РГППУ, г. Екатеринбург)

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ НЕВЕРБАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ

Игра имеет важное значение в воспитании, обучении и развитии детей как средство психологической подготовки к будущим жизненным ситуациям. В игровых условиях разворачивается учебная и трудовая деятельность, назначение которых – становление обучаемых как субъектов осуществляемой ими деятельности, развитие личностных характеристик, воссоздание предметного и социального содержания.

Н.И. Пономарев рассматривает игру как своеобразную модель элементов реальной жизни, воспроизводящую практическое поведение человека в границах заранее определенных условий. Включение человека в игровую деятельность обеспечивает возможность овладения общественным опытом, а также когнитивное, личностное и нравственное развитие.

В игровой деятельности имеется цель, которая задается заранее. Цель подразумевает игровое действие, заканчивающееся результатом. Под «полезным результатом» П.И. Пидкасистый понимает конкретные достижения целеустремленных игровых действий. Предвидение будущего результата игры определяет выбор способа ведения игры, в ходе конкретного игрового действия используются механизмы контроля и коррекции, позволяющие сравнивать достигнутый результат с моделью будущего и вносить в игровое действие необходимые изменения.

Участники игры одновременно осуществляют вероятностное прогнозирование имеющейся ситуации, программирование игрового действия и стремятся к запланированному результату, возникает эмоционально-волевой компонент игровой деятельности, который является активным стимулом к поиску наиболее оптимальных методов решения поставленной задачи.

Игровые действия направлены на усвоение обобщенного способа действий (учебной задачи), при этом учебная задача в игровой ситуации обуславливает выбор действий, направленных на решение этой задачи.

Игровое действие требует от участника использования усвоенных знаний в новой ситуации. Именно усвоение знаний в различных меняющихся ситуациях делает игры наиболее результативной формой образования.

Направленность и содержание игры определяют ее основные функции: подготовительная (совершенствование физических и духовных сил человека, воспитание социальной активности и творчества), развлекательная (модель использования свободного времени), функция формирования отношений (между людьми, между людьми и окружающей средой).

«Деловая игра», как разновидность игровой деятельности, по мнению Л.В. Ведерниковой, Э.Ф. Зеера и других психологов и педагогов, относится не к учебной, а к квазипрофессиональной деятельности студентов. Она используется с целью помочь будущим специалистам в выборе оптимальных путей решения профессиональных проблем. Перед студентом в игровой ситуации раскрывается пространство выбора стратегии и тактики профессионально-педагогической деятельности.

В образовательном процессе по физической культуре в вузе спортивные игры используются как средство физической культуры и как форма организации занятий.

Спортивные игры – система характерных физических упражнений, которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией и оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату двигательных действий.

Спортивные игры имеют ряд характерных признаков, отличающих их от других средств физического воспитания:

1. Ярко выражены элементы соперничества и эмоциональности в игровых действиях, что позволяет воспроизводить сложные взаимоотношения между людьми.

2. Чрезвычайная изменчивость условий ведения борьбы, выполнения двигательных действий. Игроки должны владеть многообразными способами решения возникающих задач, а сформированные у них качества отличаться гибкостью, приспособляемостью к изменяющимся условиям.

3. Высокие требования к творческой инициативе. Вариативность игровых ситуаций требует активной самостоятельности в выборе наиболее результативных действий.

4. Комплексное проявление разнообразных психофизических качеств. В подавляющем большинстве спортивных игр участники для победы проявляют несколько качеств, причем в самых различных сочетаниях. Это обеспечивает комплексное воздействие на игроков.

Рассматривая специфику спортивных игр, мы видим, что они оптимально развивают психофизические качества игроков, формируют их конкурентоспособность, мобильность и коммуникативность – наиболее востребованные качества личности в современных социально-экономических условиях.

Информационный обмен между преподавателем и учащимися во время занятий осуществляется целым комплексом профессиональных действий на основе вербально-невербальной системы. С целью повышения эффективности обучения особый интерес представляет соотношение вербальных и невербальных компонентов в структуре коммуникативных способностей. Невербальные способности имеют более выраженную природную основу по сравнению с вербальными, они позволяют человеку взаимодействовать, добиваясь взаимопонимания на эмоциональном и поведенческом уровнях. Невербальное общение – это общение при помощи передаваемых и получаемых образов, что более ярко можно выразить именно на занятиях по физическому воспитанию.

Важное значение для успешной спортивной деятельности имеет широкий набор средств общения невербальными способами, так как, во-первых, они являются важным компонентом групповой взаимосвязанной деятельности, во-вторых, способствуют социализации участников игры, в-третьих, дают возможность расширения «поля действия» во время игры. Невербальные способы общения отражают условия деятельности и задачи взаимодействия партнеров команды, тренера и других участников спортивной деятельности.

Поэтому именно в игровых видах спорта необходимо умение пользоваться невербальными способами общения, так как они являются наиболее краткими, информативными, способными быстро влиять на поведение, состояние, уровень активности и деятельность непосредственных партнеров.

Современный спорт и физическую культуру невозможно представить без общения, интенсивных межличностных влияний и взаимодействий спортсменов друг с другом, с тренером и соперниками. И основным, а значит и самым необходимым видом общения, является невербальное общение.