

## **КЕРЛИНГ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА**

**В.В. Пономарев, О.В. Лимаренко, В.А. Groшев, К.А. Минченков**

Сибирский государственный технологический университет, kf.val.i.fk@mail.ru

Полесский государственный университет, olga\_limarenko@mail.ru

В настоящее время продолжается процесс интеграции России в Европейское образовательное пространство. В то же время многие образовательные направления и популярные спортивно–оздоровительные технологии культивируемые в ведущих Европейских вузах не получили своего внедрения и признания в вузах России.

Среди основных особенностей функционирования физической культуры и спорта в вузе, это ее важная роль в самоутверждении и самореализации студенческой молодежи в период получения высшего образования, как важнейшей социальной ценности, в удовлетворении двигательной потребности и формировании общественно–активной и физически подготовленной личности. В тоже время для российских студентов занятия спортом, направлены, прежде всего, на достижение физического (спортивного) результата, в зарубежных вузах студенты предпочитают получать от занятий физической культурой и спортом комфорт, укрепление и поддержание психофизического здоровья, удовлетворение личностно–физических потребностей, общение с друзьями и т.д. [1,2,3].

Занятия спортом для европейских студентов является важной составляющей личностного имиджа и социального статуса. В зарубежных вузах среди студенческой молодежи культивируются различные современные оздоровительно–спортивные технологии, формы и виды физических упражнений для активного досуга и отдыха: софтбол, гольф, дартс, крокет, армреслинг, серфинг и др. В том числе особой популярностью в Европе и в Мире среди студентов пользуются оздоровительно–спортивные занятия керлингом [4,5].

Как показывает практика, социальный заказ государства на физически крепких будущих специалистов не всегда согласуется с истинным уровнем их здоровья, мотивации студентов на формирование личностной культуры занятия массовыми видами спорта и т.д. Подготовка компетентных специалистов и в тоже время физически крепкой и спортивной молодежи, является одной из основных целей образовательного процесса современной высшей школы.

Наиболее продуктивной формой организации физического воспитания современных студентов вуза являются занятия на основе оздоровительно–спортивных технологий, через которые молодежь может успешно реализовать свой индивидуальный двигательный потенциал, формировать спортивную культуру, повышать физическую и умственную работоспособность поддерживать и укреплять физическое здоровье.

В ходе анализа учебно–методической и научно–исследовательской литературы были выделены следующие противоречия между:

- необходимостью укрепления и поддержания физического здоровья студентов, формирование здорового образа жизни через различные нетрадиционные оздоровительно–спортивные технологии и недостаточной эффективностью использования потенциала Европейских молодежных двигательных культур и популярных видов спорта в физическом воспитании студентов вузов страны;

- между необходимостью проектирования современных оздоровительных технологий занятий студентов массовыми видами спорта, укрепление и поддержание здоровья, и недостаточной разработанностью организационно–педагогических условий и материально–технической готовностью вузов для их культивирования;

- необходимостью проектирования оздоровительно–спортивной технологии занятий керлингом в физическом воспитании студентов вуза и недостаточной научной разработанностью программно–методического сопровождения данного процесса.

Выявленные противоречия позволили обозначить проблему исследования: поиск и разработка эффективных оздоровительно–спортивных технологий занятий студентов нетрадиционными видами спорта в процессе реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в вузе.

Обозначенная проблема определила цель исследования, которая заключается в теоретическом обосновании и разработке структуры и содержания оздоровительно–спортивной технологии занятий студентов керлингом в физическом воспитании в вузе и проверка ее эффективности в педагогическом эксперименте.

Необходимость разрешения поставленной цели и обусловила выбор темы исследования: «Керлинг в физическом воспитании студентов вуза».

Для решения задач исследования были сформированы следующие методы исследования: анализ и обобщение научно–методической литературы по проблеме исследования; анкетирование, интервьюирование, беседа, опрос, медицинское обследование, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, тестирование общей физической подготовленности студентов, тестирование специальной физической подготовленности студентов, математико–статистический анализ результатов педагогического эксперимента.

В процессе проведения педагогического эксперимента актуализировались следующие основные положения научного исследования:

1. Программно–методическое содержание оздоровительно–спортивной технологии занятий керлингом студентов вуза, включающее следующие теоретические и практические блоки: общетеоретический (общие понятия, терминология, исторические этапы развития и становления керлинга как вида спорта за рубежом и в нашей стране), методические основы проведения оздоровительно–спортивных занятий по керлингу среди студентов вуза, специальная физическая подготовка, диагностический (содержание и этапы контроля и коррекции результатов проектирования оздоровительно–спортивных занятий студентов керлингом) общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, техническая подготовка, психологическая подготовка, соревновательная деятельность.

2. Структура и содержание оздоровительно–спортивной технологии включающая следующие этапы проектирования в процесс физического воспитания студентов вуза:

1–й этап – информационно–подготовительный (сентябрь–октябрь, 1 курс), направленный на знакомство студентов с керлингом через различные педагогические формы и последующая мотивация молодежи на занятия данным видом спорта;

2–й этап – обще–базовый (ноябрь–май, 1 курс), на данном этапе осуществляется общая физическая и специальная физическая подготовка студентов на начальных этапах оздоровительно–спортивных занятий керлингом, выявляются общие двигательные способности для оздоровительно–спортивных занятий керлингом, разрабатывается программно–методическое сопровождение оздоровительно–спортивной технологии занятий керлингом студентов вуза;

3–й этап – специально–технический (сентябрь–май), второй курс, на данном этапе у студентов закладываются специальная физическая готовность, техническая, тактическая и другие виды подготовки;

4–й этап – соревновательно–закрепляющий, третий курс, студенты более углубленно совершенствуют специально–физическую и техническую подготовленность, проводятся различные контрольные тесты, организуются соревнования внутри группы, студентам присваиваются массовые спортивные разряды в зависимости от выполнения классификационных норм и др.

3. Диагностика результатов оздоровительно–спортивных занятий студентов керлингом включающая следующие блоки тестов для оперативного, текущего и итогового контроля: общая физическая подготовка (сентябрь, декабрь и май), специальная физическая подготовка (декабрь, май), техническая (декабрь, май), и мотивационно–психологическая подготовка (сентябрь, май).

По результатам проведенной научной работы были сделаны следующие выводы:

1. Анализ научно–исследовательской и учебно–методической литературы показал, что недостаточно ведутся разработки по проектированию в содержание физического воспитания студентов вуза современных нетрадиционных видов спорта: софтбол, гольф, дартс, крокет, карбол, пляжный волейбол, стритбол, в том числе и керлинг. Данные направления видов спорта очень популярны в зарубежных вузах, на основе которых европейская молодежь поддерживает свою социальную и физическую активность. В связи с этим назрела педагогическая проблема актуализации физического воспитания студентов в вузах страны на основе мотивации молодежи на занятия современными европейскими спортивно–досуговыми видами двигательной деятельности.

2. Разработана структура и содержание опытной оздоровительно–спортивной технологии занятий студентов керлингом, содержащая следующие педагогические этапы: информационно–подготовительный (1 курс, сентябрь–октябрь), на данном этапе проводился отбор и формирование мотивации на занятия керлингом; обще–базовый (1 курс, ноябрь–май), направлен на повышение физической подготовленности керлингста; специально–технический (2 курс) – включает повышение специальной физической подготовленности и на фоне подготовки формируется начальная техническая подготовленность керлингста; соревновательно–закрепляющий (3 курс), на этом этапе идет процесс закрепления и совершенствования специальной и технической подготовленности.

3. Разработано программное обеспечение оздоровительно–спортивной технологии занятий студентов керлингом, включающее следующий учебно–практический материал: теоретический (развитие керлинга в России, биомеханические основы двигательных действий в керлинге, материально–техническое обеспечение и др.), практико–методический (общая физическая подготовка, техническая и тактическая подготовка, психологическая и соревновательная подготовка), диагностический (контроль физической, специальной, технической и тактической подготовки студентов по результатам оздоровительно–спортивных занятий керлингом).

4. Разработано содержание диагностики результатов оздоровительно–спортивных занятий студентов керлингом в годичном цикле, включающее следующие блоки

критериев: физической подготовки, специально–физической подготовки и уровень мотивации.

5. По результатам опытно–экспериментальной работы был проведен математико–статистический анализ эффективности экспериментальной оздоровительно–спортивной технологии занятий студентов керлингом: прирост физической подготовленности за два года спортивных занятий керлингом составил в среднем 24,2 % ( $p < 0,05$ ); специальной физической подготовленности 27,7 % ( $p < 0,05$ ); частота простудных заболеваний снизилась с 2–3 раз в год до 1 раза. Уровень мотивации повысился с 1 балла до 5 баллов по 10–балльной шкале.

Положительные результаты проведенной опытно–экспериментальной работы подтвердили теоретические предположения и гипотезу исследования, что показывает высокую эффективность оздоровительно–спортивной технологии занятий студентов керлингом, которую можно рекомендовать в учебный процесс физического воспитания молодежи российских вузов.

### **Литература**

1. Бабушкин, Г. Д. Формирование спортивной мотивации: монография / Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин. – Омск, 2000. – 179 с.

2. Дворкин, Л.С. Базовая физическая подготовка студентов технического вуза на основе атлетической гимнастики [Текст] / Л.С. Дворкин, О.Ю. Давыдов // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 7. – С. 55–57.

3. Задворнов, К. Ю. Керлинг: стратегия и тактика игры: лекция. СПб: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1996. – 32 с.

4. Зуев, В.Н. Ценностные ориентации молодежи при выборе спортивных субкультур экстремальной направленности [Текст] / В.Н. Зуев, В.А. Иванов // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 12. – С. 14–16.

5. Лубышева, Л.И. Спортивное воспитание как основа формирования спортивной культуры личности [Текст] / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 6. – С. 96–99.