

секциях коллективов физической культуры.

Анализ структуры деятельности, содержания аспектов подготовки туристских общественных кадров самого массового звена показал необходимость принципиального пересмотра программирования обучения, в основу которого нами положена шестиаспектная модель туристской подготовки.

В настоящее время начата большая работа по созданию Единой системы подготовки и повышения квалификации туристских общественных кадров. В этой системе, где базовым звеном является подготовка туристских организаторов, факультетам общественных профессий вузов отводится важная роль в совершенствовании массовой туристско-оздоровительной и туристско-спортивной работы во всех звеньях физкультурного движения.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ - ВАЖНЫЙ ФАКТОР ИНТЕНСИФИКАЦИИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

ГЕЛЛЕР Е.М.

/Белорусский государственный ордена Трудового
Красного Знамени институт физической культуры/

В представленной работе на основе теоретического анализа, педагогических наблюдений и обобщения опыта предпринята попытка выявить наиболее важные аргументы, подтверждающие целесообразность направленного использования подвижных игр как фактора интенсификации процесса физического воспитания студентов.

Игра - естественная потребность человека. Она заложена в наших генах. Игровой процесс весьма привлекателен, поскольку связан с приятными ощущениями, элементами нового, неизвестного. В отличие от строго регламентированных движений игра

всегда связана с инициативным моментом решения двигательных задач, что вызывает положительные эмоции. Это, в свою очередь, создает благоприятные предпосылки к выполнению большого объема физической нагрузки с высокой интенсивностью. Причем происходит это незаметно для самого участника.

Подвижные игры моделируют многие виды спортивной деятельности, включая основные естественные движения, аккумулируют их. Поэтому они с успехом могут быть использованы при освоении разделов программы по лыжному спорту, легкой атлетике, спортивным играм, гимнастике.

Важным резервом укрепления здоровья, приобщения к занятиям физической культурой может стать целенаправленное использование подвижных игр в специальных медицинских группах. Экспериментальные данные подтверждают положительное влияние игр на студентов с ослабленным здоровьем.

В последние годы накоплен положительный опыт использования подвижных игр в виде соревнований студенческих команд "Стартуют все!". С особым успехом используется эта форма в Белорусском политехническом институте. Этот опыт убедительно доказал несостоятельность мнения о том, что подвижные игры присущи только детям.

Практика широкого использования подвижных игр в учебном процессе по физическому воспитанию в Минском институте иностранных языков дает право рекомендовать подвижные игры как фактор интенсификации учебного процесса по физическому воспитанию студентов.

Применительно к физическому воспитанию студентов можно выделить следующие наиболее важные функции подвижных игр:

1. Оздоровительная. Могут быть использованы как фактор устранения функциональных отклонений и недостатков в физическом развитии. Решают задачи активного отдыха.

2. Воспитательная. Наряду с физическим осуществляется нравственное, идейное, умственное, эстетическое воспитание.

3. Социальная. Способствует внедрению физической культуры в образ жизни студентов.

4. Образовательно-тренировочная. Способствует приобретению и совершенствованию разнообразных двигательных умений и навыков, физических качеств.

ОЦЕНКА ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА К РАЗВИТИЮ
ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОК ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА

ГЛАЗЬКО Т.А., ЗАГУСКИН Э.А., КАЛИНА О.Е., ГОРДЕЙКО Г.И.
/Минский государственный педагогический институт
иностранных языков/

Целью настоящей работы являлось изучение динамики показателей, характеризующих физическую подготовленность студенток 17-19 лет, при применении различных программ тренировочных воздействий.

В исследовании приняло участие 4 группы по 22 человека. Группы А и Б специализировались в игровых видах спорта (волейбол и баскетбол); В и Г являлись группами общей физической подготовки (ОФП). Все занятия в группах велись в соответствии с действующей программой физического воспитания. Особенностью программы, реализуемой в группе А было дополнительное 3-е занятие, направленное на совершенствование техники игры в волейбол; в группе В - длительная разминка, включающая упражнения на разви