

<https://doi.org/10.5281/zenodo.4084672>

УДК 796

## **Ткаченко А.В.**

*Ткаченко Александр Викторович*, кандидат педагогических наук, доцент, ГБОУ ВО Московской области Технологический университет имени дважды Героя Советского Союза, летчика-космонавта А.А. Леонова. 141074, Россия, г. Королев, ул. Гагарина, д. 42. E-mail: tkachenko@ut-mo.ru.

## **Повышение интереса к занятиям физической культурой в вузе на примере игры в дартс**

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы активизации процесса формирования практических навыков студентов на занятиях физической культурой. Представлен один из вариантов повышения интереса к физкультурно-спортивной деятельности в рамках учебного занятия у студентов технического вуза. В качестве такого варианта на примере игры в дартс рассматриваются новые формы двигательной деятельности студентов, либо способы коррекции уже существующих. Выделены ключевые преимущества данной игры. Делается вывод о том, что использование игры в дартс способствует развитию у студента стремления к физическому совершенствованию, позволяет преподавателю более эффективно решать на занятиях физической культурой оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

**Ключевые слова:** образование, физическая культура, двигательная активность, игра в дартс, студенты, интерес, физическая нагрузка.

## **Tkachenko A.V.**

*Tkachenko Alexander Victorovich*, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, LEONOV Moscow Region University of Technology. 141070, Russia, Korolev, Gagarina st., 42. E-mail: tkachenko@ut-mo.ru.

## **Increasing interest in physical education classes at the university on the example of the Darts game**

**Abstract.** The article deals with the activation of the process of forming students' practical skills in physical education classes. One of the options for increasing interest in physical culture and sports activities in the framework of a training session for students of a technical University is presented. As such, using the example of a game of Darts, new forms of students' motor activity are considered, or ways to correct existing ones. The key advantages of this game are highlighted. It is concluded that the use of the game of Darts contributes to the development of the student's desire for physical improvement, allows the teacher to more effectively solve health, educational and educational tasks in physical culture classes.

**Key words:** education, physical culture, physical activity, playing Darts, students, interest, physical activity.

**Н**аряду с основной задачей высшего профессионального образования заключающейся в подготовке квалифицированных специали-

стов и бакалавров, обладающих достаточным уровнем сформированных профессиональных компетенций высшим учебным заведениям необходимо на про-

тяжении всего периода обучения способствовать формированию потребности студента в развитии физических качеств и в сохранении и улучшении здоровья. Прежде всего, решаться данная задача должна посредством организованной физкультурно-спортивной работы в вузе (учебные занятия, спортивно-массовые мероприятия, самостоятельные занятия студентов).

Одним из важнейших факторов, влияющих на эффективность физкультурно-спортивной работы в вузе, активизирующей двигательную деятельность студента является наличие или отсутствие интереса к занятиям физической культурой, формируя желание осознанного занятия данным видом деятельности, как во время учебы, так и в свободное время.

Многочисленные исследования показывают, что большинство студентов высших учебных заведений (свыше 90%) осознают необходимость в занятиях физической культурой и спортом, понимая тесную взаимосвязь физического здоровья человека и эффективной профессиональной деятельностью. Однако в вопросах относительно формы регулярных занятий такого единодушия не отмечается. Лишь треть студентов высказываются об учебных занятиях физической культурой как о наиболее предпочтительных и более половины студентов отдают предпочтение секционным занятиям под руководством инструктора, связывая данный выбор удобным временем и формой организации занятия, а также возможностью заниматься любимым видом спорта.

Большой разрыв в количестве студентов, осознающих значимость регулярных занятий физической культурой и спортом и студентов, признающих важность учебных занятий довольно часто связано с отсутствием или утратой интереса к таковым уже в ходе первого семестра занятий. Происходит это по разным причинам: неуверенность в своих силах по сравнению с одноклассниками, недостаточный уровень физической подготовленности, нередко, отсутствие интереса к отдельным видам физкультурно-

спортивной деятельности и отдельным видам спорта. Эти факторы в совокупности системой обязательного посещения учебных занятий со сдачей зачета по итогам семестра способствуют формированию данной проблемы.

В настоящее время вопросам повышения эффективности физического воспитания в вузе уделяется большое внимание. Введение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» может способствовать (в определенном мере) решению данной проблемы, однако качественное раскрытие потенциала данной дисциплины во многом зависит от нескольких факторов. Одним из основных является наличие достаточной материально-технической базы (спортивные залы, бассейны, игровые площадки) и необходимого спортивного инвентаря и оборудования, т.к. отсутствие такового резко снижает эффективность данной дисциплины.

В такой ситуации преподавателям кафедры физического воспитания приходится искать новые формы двигательной деятельности студентов, либо корректировать уже существующие.

На наш взгляд одной из таких форм может являться введение в учебный процесс игры в дартс. К основным преимуществам данной игры следует отнести доступность и относительную несложность в освоении. Занятия игрой в дартс позволяют получать занимающемуся достаточную физическую нагрузку в совокупности с положительными эмоциями. Доказано, что систематические занятия способствуют улучшению координационных способностей человека, стабилизируют ритм дыхания, работу сердечно-сосудистой системы, укрепляют различные группы мышц, положительно влияют на работу органов зрения человека. Наряду с положительным влиянием на функциональные особенности организма человека отмечается не менее положительное влияние в плане психологической подготовки, развивая внимание, выдержку, спокойствие, упорство и т.п. способствуя

снятию негативного напряжения и получению психологической разгрузки.

Дартс считается одной из самых увлекательных и популярных игр современности, привлекающий внимание своей доступностью, простотой правил, минимальным набором инвентаря и большим количеством вариантов игры.

Существует немного игр, способных вовлечь игрока, как на короткий промежуток времени, так и на длительный, включающий индивидуальную, командную и групповую игру. Игра в дартс не предъявляет к игроку особых требований к развитию отдельных физических качеств (силы, выносливости, быстроты, ловкости и т.д.), способствуя привлечению студентов, не занимавшихся регулярно физической культурой и спортом до поступления в вуз.

Еще одним преимуществом данной игры (для части студентов) является, так называемая, «видимость результата», т.е. достижение конкретного результата за относительно короткий промежуток времени по сравнению с другими видами спорта (легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика и др.). Видимость результата – это один из основных компонентов, влияющих на отношение студента к занятиям физической культурой. Довольно часто отсутствие видимых результатов является сильным демотиватором, способствующим утрате интереса к тому или иному виду физкультурно-спортивной деятельности и наоборот.

Особенности игры в дартс позволяют активно заниматься студентам самостоятельно, реализуя принцип сознательности и активности, существенно увеличивая общий объем занятия физической культурой.

Таким образом, можно выделить следующие наиболее важные преимущества занятий данной игрой:

- не требует дорогостоящего спортивного инвентаря (мишень, дротики);
- не требует специального помещения и спортивной площадки;
- не предъявляет особых требований к уровню физической подготовленности студента;
- предоставляет возможность индивидуальной, групповой и командной игры;
- предоставляет возможность самостоятельных занятий (дома с семьей, друзьями и т.п.);
- минимально травмоопасный вид спорта.

Правильно построенная и организованная работа как учебно-тренировочных, так и самостоятельных занятий ведет к осознанному восприятию студентом учебного материала, способствуя укреплению и формированию необходимых внутренних учебно-познавательных мотивов. Что в итоге будет способствовать развитию стремления к физическому совершенствованию, позволяя преподавателю более эффективно решать на занятиях физической культурой оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дубатовкин В.И., Березинская Н.А. Дартс в практике преподавания физической культуры. Учебное пособие. М.: ТВТ «Дивизион», 2015. 128 с.
2. Дуркин П.К., Лебедева М.П. Интерес к занятиям физической культурой и спортом как фактор формирования здорового образа жизни // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2004, № 2. URL: <http://sportfiction.ru/articles/interes-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-kak-faktor-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni/>
3. Калинина И.Ф., Смирнов А.А. Отношение студенческой молодежи к самостоятельным занятиям по физической культуре // Перспективные направления научных исследований. Сборник статей по материалам V ежегодной научно-практической конференции. Издательство: Общество с ограниченной ответственностью «Научный консультант» (Москва) 2019. С. 41-47.

4. Кондаков В.В. Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом в образовательном пространстве современного вуза / В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, А.Н. Усатов, Н.В. Балышева // Экономические и гуманитарные исследования регионов. Ростов-на-Дону, 2014. № 3. С. 48-52.
5. Стародубцев М.П., Стародубцева О.М., Татаренцев В.Л. Мотивационно-потребностный подход в повышении эффективности физкультурно-спортивной деятельности студентов // Ученые записки университета им П.Ф. Лесгафта. 2015. № 3(121). С. 239-243.

#### REFERENCES (TRANSLITERATED)

1. Dubatovkin V.I., Berezinskaja N.A. Darts v praktike prepodavaniya fizicheskoj kul'tury. Uchebnoe posobie. M.: TVT «Divizion», 2015. 128 s.
2. Durkin P.K., Lebedeva M.P. Interes k zanjatijam fizicheskoj kul'turoj i sportom kak faktor formirovaniya zdorovogo obraza zhizni // Fizicheskaja kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. 2004, № 2. URL: <http://sportfiction.ru/articles/interes-k-zanyatijam-fizicheskoy-kul'turoj-i-sportom-kak-faktor-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni/>
3. Kalinina I.F., Smirnov A.A. Otnoshenie studencheskoj molodezhi k samostojatel'nym zanjatijam po fizicheskoj kul'ture // Perspektivnye napravlenija nauchnyh issledovanij. Sbornik statej po materialam V ezhegodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii. Izdatel'stvo: Obshhestvo s ograničennoj otvetstvennost'ju «Nauchnyj konsul'tant» (Moskva) 2019. S. 41-47.
4. Kondakov V.V. Otnoshenie studentov k zanjatijam fizicheskoj kul'turoj i sportom v obrazovatel'nom prostranstve sovremennogo vuza / V.L. Kondakov, E.N. Kopejkina, A.N. Usatov, N.V. Balysheva // Jekonomicheskie i gumanitarnye issledovanija regionov. Rostov-na-Donu, 2014. № 3. S. 48-52.
5. Starodubcev M.P., Starodubceva O.M., Tatarencov V.L. Motivacionno-potrebnostnyj podhod v povyshenii jeffektivnosti fizkul'turno-sportivnoj dejatel'nosti studentov // Uchenye zapiski universiteta im P.F. Lesgafta. 2015. № 3(121). S. 239-243.

Поступила в редакцию 19.09.2020.

Принята к публикации 23.09.2020.

---

#### *Для цитирования:*

Ткаченко А.В. Повышение интереса к занятиям физической культурой в вузе на примере игры в дартс // Гуманитарный научный вестник. 2020. №9. С. 67-70. URL: <http://naukavestnik.ru/doc/2020/09/Tkachenko.pdf>