

*Damir K. Ismagilov,*  
*Lecturer,*  
*Tashkent State University of Law*

## Sports-Oriented Physical Education Students as a Perspective Trend of Forming Personal Physical Culture

**Key words:** *students, futsal, sports-oriented physical education.*

**Annotation:** *The article provides the efficiency of mini-football in the sports-organized system of physical development of students.*

**Актуальность темы исследования.** Специалисты констатируют, что методика занятий физическими упражнениями, должны воспитывать внутреннюю мотивацию таких занятий, являющуюся психологической основой интереса к физической культуре (2).

Студенту необходимо создавать такие условия и возможности заниматься различными видами спорта как системами физических упражнений, при которых они могли бы выбирать их в соответствии со своими психологическими, морфологическими, конституциональными личностными особенностями, а также в соответствии с типом нервной системы, характерам, темпераментам.

**Цель исследования.** Определить эффективность использования мини-футбола в спортивно-организованной системе физического совершенствования студентов.

**Организация исследования.** В исследовании участвовали студенты Ташкентского университета информационных технологий.

**Результаты исследования и их обсуждение.**

Чтобы успешно играть студент, кроме того, должен быть подготовленным в нравственном и волевом отношении и иметь достаточно широкие тактические знания.

В борьбе с противником тактическое мышление и знание особенностей индивидуальных, групповых и командных действий дают возможность студенту целесообразно использовать свои навыки и качества, усвоенные и развитые в тренировках.

Результаты борьбы с противником служили основным критерием того, успешно или неуспешно прошел процесс втягивающего микроциклов. Чем ближе обстановка практического занятия, в которой усваивался навык или тактические действия, к обстановке действительной игры, тем больше оснований для того чтобы студент с успехом применил в игре усвоенные приемы и действия. Игрой проверяются техника студента, его физическая и тактическая подготовленность и морально-волевые качества. В борьбе с противником все элементы игры, изучаемые в отдельности на занятиях, объединялись и подчинялись общей цели – победе. В этой борьбе проявлялись единство и неразрывность всех качеств студента, и его всесторонняя подготовленность. Игра выявляет те ошибки и недоработки в прошедшем педагогическом процессе, которые нужно исправить. Но игра в тоже время продолжает быть самым мощным средством,

позволяющим закреплять и совершенствовать навыки и морально-волевые качества студента.

Основная цель товарищеской игры достигнуть того, чтобы отдельные игроки, группа студентов и вся команда в целом, как в защите, так и в нападении действовали полноценно в сложных условиях борьбы. Перед каждой товарищеской игрой ставилась определенная задача. Совершенствование командных действий по системе 3-1, 2-2; розыгрыш стандартных положений (аута, углового, штрафного).

#### *Разработка программы спортивно-ориентированного физического воспитания средствами мини-футбола*

Основной формой учебной работы высших образовательных учреждений являются обязательные занятия по физическому воспитанию.

В последние годы наблюдается тенденция прироста численности студентов, пренебрежительно относящихся к физическому воспитанию. Это обуславливается многими факторами, в том числе отсутствием у студентов положительной мотивации, интереса к занятиям. Что вполне объяснимо, в последнее время появилось большое количество разнообразных развлекательных заведений, на посещение которых молодежь затрачивает большое количество времени. Но есть пути решения этой проблемы. Один из них ложится на плечи педагогов-преподавателей по физическому воспитанию. Они стараются привить студенту стремление к физическому совершенствованию. Вуз стоит на одном из последних этапов обучения, воспитания юноши и становления его как личности (1).

Организовывая учебный процесс с использованием моделирования физического воспитания с применением средств мини-футбола, педагог должен умело поставить работу по формированию у студентов потребности физического совершенствования. Данная работа является неотъемлемой частью всего периода обучения.

Данный процесс можно разделить на этапы.

На первом этапе нужно определить отношение студентов к занятиям физическими упражнениями, принять нормативы по физической подготовленности и оценить данные физического развития, выявить характеристики игровой деятельности.

На втором этапе основными задачами является развитие положительных эмоций и интерес к физическому совершенствованию средствами мини-футбола. Создание доброжелательной атмосферы, хорошего рабочего климата в процессе практических занятий оказывает содействие положительному эмоциональному фону, который притягивает студентов к игровой форме.

Задачами третьего этапа являются повышение уровня знаний по соревновательной деятельности (определение количества ТТД, объема двигательной активности, пульсовой стоимости игровых действий). Пониманию влияния игровых действий по мини-футболу на физическое совершенствование, привлечение студентов к организации и проведению физкультурно-спортивных мероприятий, судейство игр.

В игре студент обязательно, хочет он того или нет, раскрывается как личность со всеми присущими ему положительными и отрицательными качествами. В процессе игры интегративно развиваются физические и психические качества студента, его интеллект,

способность ориентироваться в различных ситуациях. Использование в качестве метода физического воспитания спортивных игр все шире стали применять педагоги вузов (1,3).

Известно, что только сознательным стремлением всех студентов выполнять поставленную задачу могут быть обеспечены целенаправленные действия игроков в часто меняющейся эмоционально насыщенной обстановке игры, что положительно отразится и на воспитании их волевых качеств. Если задача непонятна и не усвоена до игры, игроки не будут объединены единством цели и это не даст возможности выполнить задачу. Разрозненные и безуспешные действия студентов дискредитируют выполненный прием и вызывают у них моральную неудовлетворенность.

Во время проведения учебных игр при ошибках останавливалась встреча, и она разбиралась, указывалось, как надо действовать. После игры проводился разбор матча, останавливали внимание на характерные недостатки, замеченные у игроков и команды.

В товарищеской игре студент, принимая участие в борьбе с одноклубниками, преодолевая трудности, исправляя свои ошибки и недостатки товарищей иногда даже проигрывая, всегда получал моральное удовлетворение. В тренировочной игре выявлялись и успехи, и ошибки команды, возникали новые творческие мысли и команда (экспериментальная группа студентов) организованно готовилась к участию играм в любительской лиге.

В официальных играх выдвигалась задача достигнуть победы. Честь группы, университета требовали, чтобы студенты добивались положительного результата с максимальным напряжением всех своих физических, нервных и моральных сил.

Именно в официальных соревнованиях проверялись итоги всей учебно-тренировочной и воспитательной работы педагога в команде.

На достижение победы в соревнованиях влияют физическая, тактическая и морально-волевая подготовленность всех студентов команды.

С помощью игр, игровых упражнений развиваются физические качества, повышаются технико-тактическое мастерство, подвижность в суставах, сердечно-сосудистая, дыхательная системы.

Высокий эмоциональный накал разнообразие решаемых в играх двигательных задач способствует не только формированию и закреплению у занимающихся устойчивого интереса к занятиям спортом, но и стимулирует их двигательную активность. Все это в целом способствует гармоничному физическому развитию, укреплению опорно-двигательного аппарата и стимулирует функциональную деятельность организма занимающихся. Игра помогает педагогу повысить эмоциональный фон практических занятий, способствует восстановлению сил в процессе игры облегчает овладение учебным материалом.

*Соревнование как один из методов физического воспитания с использованием мини-футбола*

Соревнования – составная часть годового образовательного цикла физического воспитания студентов, которые являются не только средством контроля за уровнем подготовленности и его логическим продолжением, но и важнейшим средством повышения спортивного мастерства. Выступления на соревнованиях показывают

эффективность выбранного пути и допущение ошибок в процессе подготовки, а также дают возможность определить пути дальнейшего совершенствования физического воспитания, повышение физических качеств и функциональных возможностей студента.

Индивидуальный подход и планирование соревновательной подготовки строгое соотношение практических занятий и соревновательных нагрузок помогает максимально повысить тренированность организма студента и способствует оптимальному накоплению спортивного потенциала.

Мультимедийная презентация  
слайдовый показ с комментарием

Результаты педагогических наблюдений	Инструментальные методы	
1. Количество и эффективность ТТД. 2. Количество передач и их эффективность. 3. Количество ударов по воротам 4. Количество обводок соперника	Динамика - С	Монитор сердечного ритма

Демонстрация ТТД футболистов высокой квалификации с применением видеозаписей матчей

Демонстрация ТТД футболистов высокой квалификации с использованием интерактивной доски

**Рис.1. Концептуальная модель мультимедийной технологии обеспечения подготовки студентов по мини-футболу.**

Одним из главных условий соревновательного метода подготовки являются: соревнования должны способствовать решению тактических задач подготовки; повышению тренированности организма студента и приобретение опыта соревновательной борьбы; эффективность практических занятий с использованием мини-футбола, с помощью данных соревнований производится корректировка дальнейшей подготовки; определение подготовленности студента в данный период времени; выполнение контрольных нормативов модульного мониторинга; показать максимально возможный результат и завоевать высокое место.

Соревновательный метод дает свои положительные результаты, повышая этим интенсификацию процесса по физическому воспитанию.

Интенсификация образовательного процесса по физическому воспитанию с помощью соревнований способствует значительному росту результатов, ускорению темпов спортивного совершенствования. Только оптимальное сочетание практических занятий, направленных на становление технической, тактической подготовленности позволяет использовать систему соревнований как эффективный методический прием.

Педагог и студент должны четко представлять специфику игровой деятельности. Это необходимо для того, чтобы правильнее вести практические занятия, точнее подбирать средства и методы для воспитания физических качеств, совершенствования технических приемов и тактических действий, а без знания о средних и максимальных значениях, а также о распределении нагрузок разной величины в соревновательных микроциклах сделать это невозможно. Разработана мультимедийная презентация (слайдовый показ с комментариями).

**References:**

1. *Ayrapetyants LR, Masharipov FT. Differentiated technique of priority use of the volleyball in preparing students: Physical culture and sports in the theoretical and practical problems: the Republican scientific-practical conference, Andu, 3-4 May, 2006; 124-125.*
2. *Durnik PK, Lebedev MP. Sports-oriented physical education students as a perspective direction of formation of physical culture of the person: Proceedings of the international scientific-practical conference devoted to 45 - anniversary of the Department of Physical Education, Vladimir State University, Vladimir, 2009; 75-77.*
3. *Novikova IV. Features of training sessions gaming method: Materials of All-Russian scientific-practical conference, 20-22 June, Moscow, 2006; 22-23.*