



ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ – ПЕРВОКУРСНИКОВ ЧЕРЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР КАК ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ

выполнила к.п.н., доцент Родионова А.Г.

ЦЕЛЬ создать наиболее благоприятные условия для эффективного решения задач процесса адаптации студентов-первокурсников на занятиях физической культуры

ЗАДАЧИ

1. Изучить психо-эмоциональное состояние студентов-первокурсников и определить наиболее выраженные особенности социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.
2. Обосновать сущность использования подвижных игр как формы организации учебного занятия, тем самым оптимизировать процесс адаптации студентов.



Подвижная игра – это вид деятельности, для которой характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом.

Адаптация – это приспособительный процесс в результате которого приобретает способность жить в ранее непривычных для жизни условиях, или на новом уровне активности, то есть повышается устойчивость организма к действию факторов этих новых условий существования.

КЛАССИФИКАЦИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

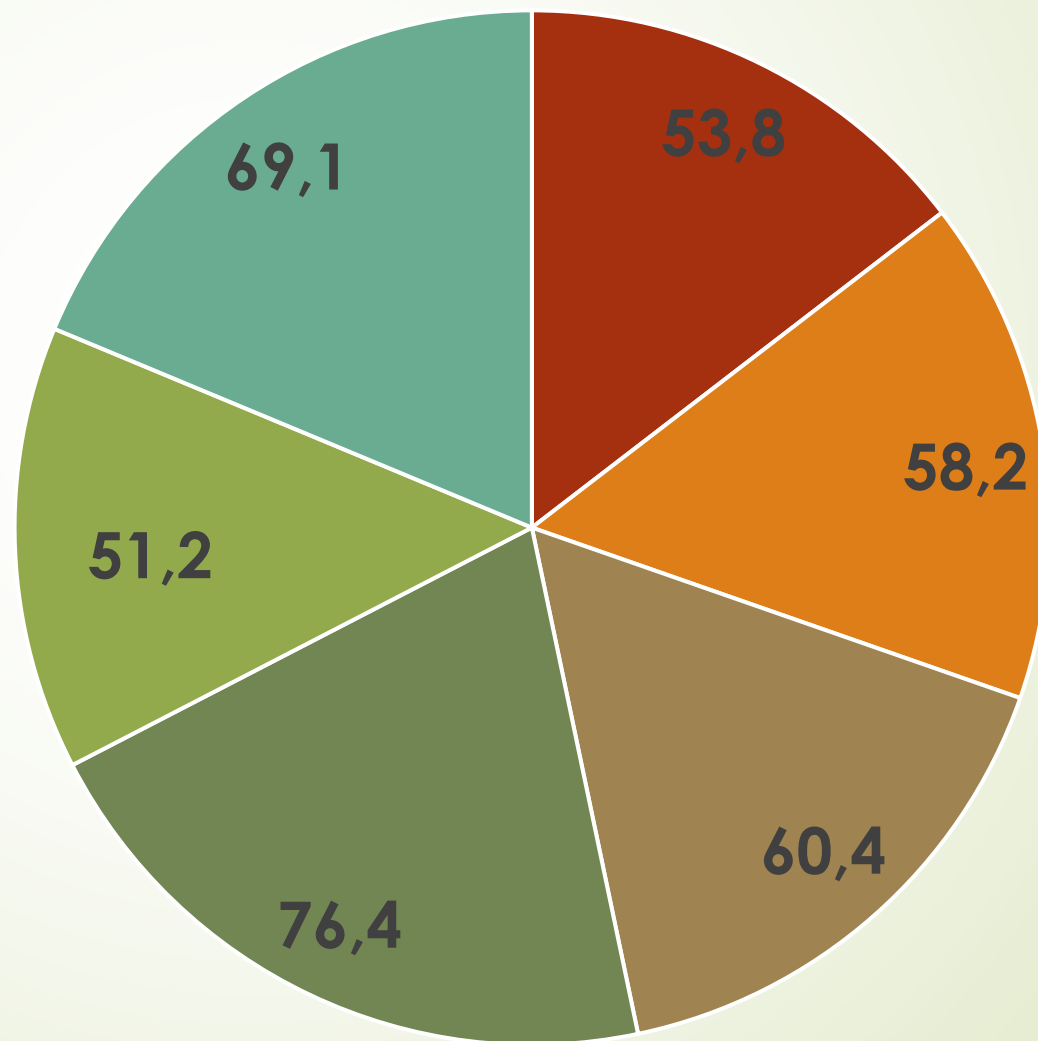


Отличительные особенности подвижных игр:

- игровая деятельность носит нерегламентированный характер; в спортивных играх противоборство двух сторон строго регламентировано едиными правилами соревнований, утвержденными федерацией по виду спорта;
- в подвижных играх для участников не требуется специальной физической подготовки; в спортивных играх нужна специальная предварительная подготовка;
- для участия в подвижной игре не требуется владение специальной техникой и тактикой игры; в спортивных играх в соперничестве сторон необходимы более сложная техника и тактика;
- организация и проведение подвижных игр могут носить спонтанный, стихийный характер, связанный с определенными обстоятельствами, в них отсутствуют соревнования по рангам; в спортивных играх разрабатывается детальный, доведенный до сведения возможных участников календарь соревнований и обозначается их статус;
- для судейства подвижной игры не требуется категория судейства, в то время как в спортивной игре арбитр должен иметь соответствующую квалификацию

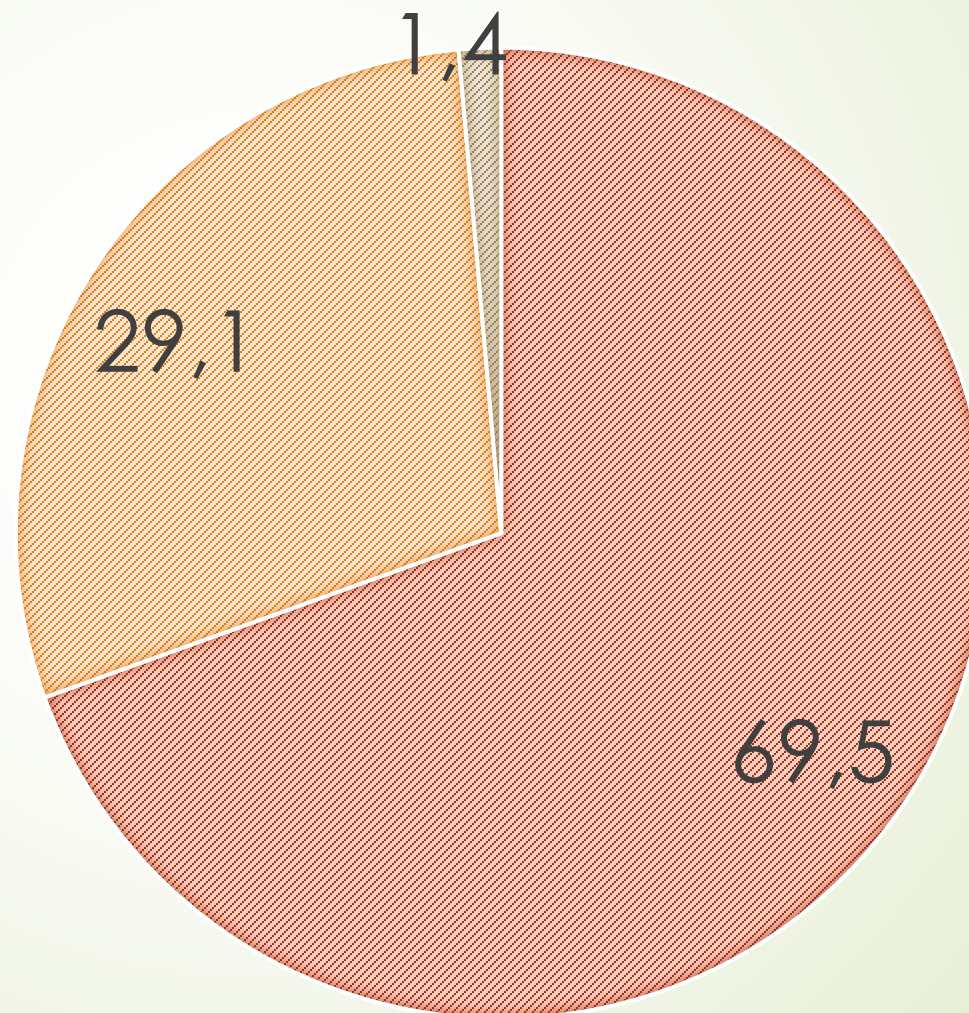
Средние значения социально-психологической адаптации по К. Роджерсу и Р. Даймонду

- адаптация
- принятие других
- интернальность
- самовосприятие
- эмоциональная комфортность
- стремление к доминированию



СРЕДНИЕ ЗНАЧЕНИЯ УРОВНЯ ТРЕВОГИ ПО ШКАЛЕ БЕКА

- незначительный уровень
- средний уровень
- высокий уровень



РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА

- *занятия по физической культуре должны включать подвижные игры - 95,2%;*
- *испытывают положительное эмоциональное состояние, принимая участие в играх - 89,8%;*
- *игровые задания позволяют переключаться с одного вида деятельности на другой - 87,4%;*
- *командные игры предпочтительнее - 77,6%;*
- *командные игры с использованием предметов и пособий - 68,1%;*
- *игры-эстафеты - 83,7%;*
- *игры с элементами соревнований - 88,2%;*
- *снижение уровня тревоги - 61,7%;*
- *адаптация проходит наиболее комфортно и эффективно, если на занятиях используются игровые задания - 54,3%.*

ВЫВОДЫ

1. Результаты проведенного теоретического исследования позволяют сделать вывод, что успешная реализация процесса "вхождения" первокурсников в систему вузовской жизни становится оптимально действенной, если представляет собой развивающуюся, динамично функционирующую целостную систему, учитывающую все структурные компоненты данного процесса.

2. Для решения задачи оптимизации процесса адаптации студентов необходимо создать наиболее комфортные условия, предполагающие изменение прежних форм, методов, средств и стереотипов физического воспитания.

3. Широкий выбор разнообразных подвижных игр способствуют формированию у человека самостоятельности, инициативы, творчества, целеустремленности и других ценных личностных качеств.

4. Присущий игровой деятельности фактор эмоциональности и привлекательности способствует формированию у занимающихся устойчивого положительного интереса к занятиям физической культуры.



СПАСИБО

ЗА

ВНИМАНИЕ

