

УДК 796.332.6

Черненко А. Є.

старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ЗВО ЗАСОБАМИ МІНІ-ФУТБОЛУ

Зміцнення державності України і інтеграція її в світове співтовариство неможливі без реформування національної Системи вищої освіти, яка повинна бути спрямована на розвиток особистості майбутнього спеціаліста, забезпечення його мобільності, працевлаштування та конкурентоспроможності в умовах ринкової економіки.

До основних завдань предмету фізичне виховання в вищих навчальних закладах відноситься розвиток у студентів основних фізичних якостей та рухових здібностей, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь, виховання морально-вольових і психологічних якостей особистості. Одним з універсальних засобів вирішення цих завдань, з нашої точки зору, є використання міні-футболу в фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів.

Міні-футбол належить до універсальних видів спорту, які сприяють різнобічному фізичному розвитку людини. Заняття, що проводяться зі студентами як на свіжому повітрі, так і в умовах спортивного залу, забезпечують оздоровчий вплив, що сприяє зміцненню нервової системи, розвитку рухового апарату, покращенню роботи серцево-судинної і дихальної системи, покращенню обміну речовин в організмі.

Міні-футбол розширює діапазон функціональних можливостей організму. Він розвиває здібність долати певні напруження і труднощі. В процесі занять міні-футболом у студентів формується ряд важливий морально-вольових якостей: колективізм, цілеспрямованість, витримка, дисциплінованість, сміливість.

Особливо важливо, що великий об'єм рухів в міні-футболі обумовлений високим емоційним фоном, який є важливим фактором, що підтримує інтерес до занять з фізичного виховання. Міні-футбол може широко використовуватись як засіб професійно – прикладної фізичної підготовки студентів різних спеціальностей. Вважається, що таке багатofункціональне використання міні-футболу характеризує його як один з найбільш ефективних засобів фізичної підготовки студентів. Ось чому детальний аналіз використання засобів міні-футболу в якості базового виду спорту, суттєво сприятиме оптимізації навчального процесу з фізичного виховання студентів вищого навчального закладу.

Вважається, що першими в Європі почали грати в сучасний міні-футбол австрійці. В 1958 році один з селекціонерів збірної Австрії Йозеф Аргауер привіз ідею цієї гри зі Швеції з чемпіонату світу з футболу. Ідею Аргауера запозичив у бразильців, переглянувши їхні двосторонні тренувальні ігри в залі. Він захопився міні-футболом і запропонував організувати турнір. Гра-експеримент всім сподобалась. Поступово міні-футбол завоював популярність і в інших країнах.

В міні-футболі приваблює стрімкий біг, швидка зміна техніко-тактичних маневрів гравців на майданчику, а також непередбачуваність їх ідей. Все це змушує глядачів слідкувати за грою протягом всього матчу. Гра настільки захоплює і гравців, і глядачів, що здається, вона пролітає без всяких зусиль в одну мить.

При університетах, інститутах, академіях, студентських містечках великих футбольних полів одиниці, а спортивних майданчиків достатня кількість. І хоча вони передбачені для інших спортивних ігор - баскетболу, волейболу, гандболу, частіше всього студенти гаяють м'яч на них саме ногами. В багатьох ЗВО створені команди майстрів, які успішно виступають в різних лігах, при чому в змаганнях - приймають участь не тільки чоловічі, а й жіночі команди. Міні-футбол включений в програму зі спортивних ігор для студентів факультетів фізичної культури.

Граючи в міні-футбол, кожен значно частіше, ніж в футболі торкається м'яча і приймає участь в загальних ігрових діях, і голів в міні-футболі забивається набагато більше, і це теж цікаво.

Отже, підбиваючи підсумки, треба відзначити, що міні-футбол для студентської молоді є грою захоплюючою, цікавою і необхідною для зміцнення їхнього здоров'я та рекомендується для впровадження в навчально-педагогічний процес кафедр фізичного виховання і спорту в ЗВО.