

ГОЛБОЛ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Голбол як вид спорту, і як один з засобів фізичного виховання перебуває під пильною увагою багатьох вчених і фахівців. Роботи багатьох авторів присвячені методиці навчання, удосконалення техніки та тактики голболу, а також вдосконаленню засобів і методів розвитку спеціальних фізичних якостей спортсменів.

Голбол є однією з ігор у студентської молоді. Багато фахівців стверджують, що різноманітність рухів у голболі сприяє зміцненню нервової системи, рухового апарату, поліпшенню обміну речовин і діяльності всіх систем організму тих, хто займається.

Розглядаючи голбол як засіб фізичного виховання, можна ставити завдання зміцнення здоров'я, поліпшення фізичного розвитку, підвищення життєдіяльності організму молоді, а також підготовки до праці і оборони. Популярність гри забезпечується ще й тим, що вона представляє винятковий за глибиною і різнобічністю впливу засіб загальної фізичної підготовки, з допомогою якого прекрасно вдосконалюються сила, швидкість, витривалість, спритність.

Таким чином, широка популярність голболу зумовила його включення, як одного з засобів фізичної підготовки в навчальні програми з фізичної культури в середніх і вищих освітніх установах країни.

У даний час організація навчального процесу з фізичної культури у вишах проводиться у двох напрямках: традиційний – загальна фізична спрямованість, з використанням комплексу різноманітних засобів, і спортивний – на базі обраного виду спорту. У багатьох навчальних закладах підтримують другий напрямок.

Пріоритетним напрямком в організації занять з фізичної культури є організація занять за вибором студентів. У зв'язку з цим виникає питання, який вид фізичного навантаження є найкращим для студентів. Пріоритетність напрямків підготовки і вибір виду спорту, який впроваджується в навчальний процес, базуються на численних дослідженнях інтересів студентів. Серед видів спорту, що викликають особливу зацікавленість студентів, фахівці називають спортивні ігри.

Численні дослідження вказують на поширення голболу серед студентської молоді.

Впливаючи різнобічно і багатопланово, голбол є засобом гармонізації особистості, її фізичного, психологічного, емоційного та інтелектуального розвитку.

Розглянемо вплив голболу на виховання певних особистісних якостей студентської молоді. Голбол характеризує змагальність, що впливає на виховання у гравців наполегливості, рішучості та цілеспрямованості. Кожен гравець впродовж гри самостійно визначає, які дії йому необхідно виконувати і вирішує, коли і яким способом йому діяти, що формує у тих, що займаються творчу ініціативу. Голбол є колективною грою, що сприяє виробленню звички підкоряти свої дії інтересам команди. Розвиток зазначених якостей благотворно впливає на скорочення періоду адаптації при вступу до ВНЗ та подальше успішне навчання.

Під час гри в голбол гравцеві доводиться діяти залежно від ситуації, а не за певними програмами. Основною формою діяльності мозку в цих умовах є творча діяльність – миттєва оцінка ситуації, вирішення тактичного завдання, вибір відповідних дій. Тому застосування голболу у вишах є ефективним засобом розвитку творчого мислення студентів. Великий обсяг і висока інтенсивність тренувальних і змагальних навантажень, необхідність швидких і точних диференціювань призводять до підвищення рівня розвитку сили і рухливості нервових процесів, що сприяє розвитку розумової працездатності студентів.