

## ПРИЗНАКИ, КОМПОНЕНТЫ И КЛАССИФИКАЦИЯ ИГРОВЫХ ВИДОВ РЕКРЕАЦИИ

Овсянникова И.Н.

Большое разнообразие и широкое применение игровых видов рекреации в практике физического воспитания и спорта определяет необходимость их классификации, выделения признаков и определения компонентов.

УДК 371

**Ключевые слова:** игровые виды рекреации, игра, признаки, компоненты, классификация.

Изучение игровых видов рекреации (ИВР), где ярко выражена роль движений, позволяет использовать их в целях гармоничного, физического и духовного развития человека, укрепления здоровья, восстановления сил человека, израсходованных в процессе трудовой деятельности, организации активного отдыха и активного долголетия [4, 5, 6].

В основе ИВР лежит игра, представляющая собой умственную и физическую деятельность, форму человеческого поведения, которая широко распространена среди всех возрастных групп населения [1, 2, 3, 7].

Игровые виды рекреации имеют многочисленные признаки [4, 6]: основываются на двигательной активности; в качестве главных средств используются игра и физические упражнения; содержат интеллектуальные, эмоциональные и физические компоненты; осуществляются на добровольных, творческих и инициативных началах; оказывают оптимизирующее влияние на организм человека; характеризуются наличием определенных рекреационных услуг; осуществляются преимущественно в природно-климатических условиях; имеют определенную научно-методическую базу.

Мы считаем, что ИВР имеют такие же компоненты, как и подвижные игры [2]: содержание, форма (характер организации рекреантов) и методические особенности.

Содержание игрового вида рекреации составляют сюжет (образный или условный замысел), правила и двигательные действия, входящие в игровой вид и направленные на достижение цели.

*Сюжет* игрового вида рекреации определяет цель действий рекреантов, характер и развитие игрового конфликта, придает отдельным приемам техники и элементам тактики целеустремленность, делает деятельность увлекательной.

*Правила* – обязательные требования для участников игрового вида рекреации. Они обуславливают расположение и перемещение рекреантов, уточняют характер поведения, права и обязанности участников, определяют способы ведения игрового вида, приемы и условия учета его результатов. При этом не исключается проявление творческой активности и инициативы рекреантов в рамках правил игры.

*Двигательные действия* игрового вида рекреации очень разнообразны, требуют проявления различных физических качеств и выполняются в самых разноплановых комбинациях и сочетаниях.

Форма игрового вида рекреации – это организация действий рекреантов, предоставляющая возможность широкого выбора способов достижения поставленной цели и удовлетворения процессом деятельности. Форма игрового вида связана с содержанием и обуславливается им.

Методические особенности игрового вида рекреации могут выражаться по-разному: ярче или слабее, более или менее полно – в зависимости от различных требований к их использованию и условиям, в которых они проводятся.

На наш взгляд, большое разнообразие и широкое применение игровых видов рекреации в практике физического воспитания и спорта определяют необходимость их классификации и создания группировок, то есть целенаправленного подбора по определенным признакам (табл. 1).

**Классификация игровых видов рекреации**

Признаки	Группировки
сезонность	зимние (на снегу, на льду, на праздниках)
	летние (пляжные, на воде, на праздниках, на различных экскурсиях – в пути и на привалах)
количественный состав	одиночные (индивидуальные)
	массовые (групповые, командные)
двигательная активность	высокая (активное и одновременное участие всех рекреантов в двигательных действиях; активное и попеременное участие групп рекреантов в двигательных действиях)
	средняя (активное участие всех рекреантов в двигательных действиях; активное участие отдельных рекреантов или небольших групп в двигательных действиях)
	малая (в двигательных действиях активно сравнительно продолжительное время попеременно участвует по одному, по два рекреанта; рекреанты свободно передвигаются или выполняют мелкие спокойные движения)
содержание	простые (легкопреодолимые препятствия, элементарные взаимодействия рекреантов)
	сложные (труднопреодолимые препятствия, сложные взаимодействия рекреантов)
типичные двигательные действия	творческие
	ролевые
	вольные
	ритмические
физические качества	ловкость (быстрый переход от одних действий к другим; сочетание своих действий с действиями других рекреантов; умение сосредоточить внимание на нескольких действиях)
	быстрота (своевременные двигательные ответы на зрительные, тактильные, звуковые сигналы; преодоление небольших расстояний в кратчайший срок, в изменяющихся условиях)
	сила (кратковременные мышечные напряжения динамического и статического характера)
	выносливость (неоднократные повторения активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями, в которых активные действия чередуются с короткими паузами отдыха, переходами от одних видов движений к другим)
	гибкость (двигательные действия с большой амплитудой; движения под музыку в сочетании с танцевальными шагами, с использованием предметов, помогающих приобрести чувство ритма, пластичность)

	движений, умение чувствовать скорость и продолжительность движений, регулировать мышечные усилия; лазание и перелазание)
зрелищность	аттракционы (эффектно продемонстрированные двигательные действия, требующие хладнокровия и выдержки) конкурсы (выявление лучшего рекреанта из числа участников) поединки (борьба двух соперников)

Таким образом, все вышеизложенное позволит систематизировать ИВР, облегчит выбор, поможет ориентироваться в возникающих ситуациях, послужит основой для педагогических наблюдений, обобщающих выводов и прогнозов. Ввиду многообразия и структурной сложности игровых видов рекреации предложить универсальную классификацию очень сложно.

Занятия игровыми видами рекреации оказывают положительное влияние на человека и позволяют повысить интерес к двигательной активности; позитивно изменить мотивационно-потребностную сферу рекреантов в физкультурно-спортивной деятельности; повысить уровень знаний об ИВР; укрепить здоровье, восстановить силы, израсходованные в процессе трудовой деятельности; организовать активный отдых; повысить уровень морфофункциональных показателей, физического и психо-эмоционального состояния; формировать свойства, качества, умения, способности личности для выполнения социальных, профессиональных и творческих функций.

По нашему мнению, содержание различных видов игр, физических упражнений в рекреационной деятельности должно носить оздоровительный или спортивно-тренировочный характер.

#### Примечания:

1. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учебник для студентов педагогических вузов. 2-е изд., стереотип. М.: Академия, 2004. 160 с.
2. Коротков И.М. и др. Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры. М.: СпортАкадемПресс, 2002. 229 с.
3. Овсянникова И.Н., Костюков В.В. Использование средств пляжного гандбола в физическом воспитании студентов // Теория и практика физической культуры. 2008. № 8. С. 30.
4. Овсянникова И.Н. Пляжный гандбол – рекреативная деятельность на курорте // Сборник научно-методических работ. СПб.: ГПУ, 2006. С. 68–70.
5. Овсянникова И.Н. Пляжный гандбол как средство двигательной рекреации и оздоровления на территории Большого Сочи // Матер. всерос. науч.-практ. конф., г. Сочи, 3–5 июля 2009 г. Сочи: РИО, СГУТиКД, 2009. С. 178–180.
6. Овсянникова И.Н. Пляжный гандбол как средство физической рекреации // Матер. 7-й Междунар. науч.-практ. конф., г. Сочи, 16–18 мая 2007 г. Сочи: СГУТиКД, 2007. С. 225–227.
7. Овсянникова И.Н. Содержание и организация физического воспитания студентов вузов на основе использования средств пляжного гандбола. Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Краснодар, 2008. 147 с.

#### Сведения об авторе:

Овсянникова Инна Николаевна, канд. пед. наук, доцент СГУТиКД (г. Сочи).

## ACTIVE RECREATION FEATURES, COMPONENTS AND CLASSIFICATION

OVSYANNIKOVA I.N.

Great variety and wide practical use of active recreation in physical education and sport determines necessity for its classification, features separation and components determination.

**Keywords:** active recreation, game, features, components, classification.

UDC 371