

**Антипов Олег Владимирович**, к.б.н., доцент,  
МГАВМиБ-МВА имени К.И. Скрябина, Москва  
Antipov Oleg Vladimirovich, Moscow Veterinary Academy

**Сурков Александр Михайлович**, к.п.н.,  
МГАВМиБ-МВА имени К.И. Скрябина, Москва  
Surkov Alexander Mikhailovich, Moscow Veterinary Academy

**Луцюк Владимир Евгеньевич**, к.с.-х.н.,  
МГАВМиБ-МВА имени К.И. Скрябина, Москва  
Lutsyuk Vladimir Evgenievich, Moscow Veterinary Academy

## **НЕТРАДИЦИОННЫЕ ВИДЫ СПОРТА КАК СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ NON-TRADITIONAL SPORTS AS A MEANS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS**

**Аннотация.** Перечисленные нетрадиционные виды спорта, применяемые в процессе физического воспитания студенческой молодежи в аграрном вузе, являются доступными, не требуют больших затрат и специальной материально-технической базы. Их легко можно встраивать в учебный процесс по физическому воспитанию студентов. Они способствуют развитию физические качества качеств личности, повышают уровень двигательной активности, укрепляют здоровье.

**Abstract.** The listed non-traditional sports used in the process of physical education of students at an agricultural university are affordable, do not require large expenses and a special material and technical base. They can be easily integrated into the educational process of physical education of students. They contribute to the development of physical qualities of personality qualities, increase the level of motor activity, strengthen health.

**Ключевые слова:** нетрадиционные спортивные игры, физическое воспитание, студенческая молодежь, ринго, фистбол, алтимат.

**Keywords:** non-traditional sports games, physical education, student youth, ringo, fistball, ultimate.

На сегодняшний день важно искать новые пути совершенствования и развития физического воспитания в студенческой среде. Важно заинтересовать молодежь и повышать мотивацию к систематическим занятиям физической культурой и спортом, укреплять здоровье, закладывать фундамент для спортивного долголетия. Для этого необходимо применять новые формы и средства физического воспитания, подкрепляя учебный процесс современными технологиями, учитывая индивидуальные особенности обучающихся. Это будет способствовать формированию у студентов положительного отношения к физкультурному движению [1,3,4].

Преподаватели кафедры физического воспитания академии имени К.И. Скрябина активно применяют нетрадиционные виды спорта в учебном процессе по дисциплине «Физическая культура и спорт» в высшем и среднем профессиональном образовании. В соответствии с материально-технической базой (стадион, игровой зал) мы используем следующие спортивные игры: «ринго», «фистбол», «алтимат».

Ринго – спортивная игра с кольцами на специальной площадке, разделенная сеткой. Игра зародилась в середине прошлого века в Польше. Для игры в ринго используют рифленые резиновые круглые кольца весом 160 г, имеющие диаметр 17 см. Размеры площадки при личном первенстве – 8x18 м, а в командном – 9x18 м. Высота сетки – 243 см, что соответствует мужской волейбольной. Игра может состоять от 1 до 3 партий до 15 очков. Игра проходит в личном, парном и командном (из 3 человек) зачете.



Если в игре принимает участие два игрока, которые соревнуются между собой, то используют одно кольцо. В случае командной игры, применяют два кольца. Задача игрока или команды – переправить кольцо (или кольца) над сеткой на противоположную сторону соперника. Кольцо или кольца должны коснуться площадки соперника. В случае падения кольца на сторону соперника во время розыгрыша игрок получает очко, а в командной встрече – от одного до двух. Если кольцо (кольца) не касается площадки и соперник его ловит, то игрок (игроки) после пытаются предотвратить атаку соперника. В случае попадания кольца за пределы площадки (в аута) очко уходит сопернику. Передачи кольца партнеру в парной и командных играх запрещены. Правилами не разрешается прыгать с кольцом во время атаки. При ловле кольца возможно сделать только два касания [5].

Применяя ринго в процессе физического воспитания, вероятность травматизма на занятиях сводится к минимуму за счет особенного строения кольца. Эта игра доступна и не требует больших финансовых затрат. Обучающиеся могут играть как один на один, так и в команде, используя волейбольные площадки.

Фистбол – спортивная командная игра с мячом на площадке с сеткой, является традиционной на Всемирных играх. Этот вид так же называют «итальянской лаптой» или кулачным мячом. Первые правила игры датированы XVI веком. Для игры используют кожаный мяч с длиной окружности до 68 см и весом порядка 380г, травяную площадку размером 20x50 м, разделенную пополам сеткой (летней) с высотой – 2 м.

Матч проводится до 5 побед в сетах, которые играют до 11 очков. В команде – 5 игроков. Основная задача в игре – перебить мяч рукой на половину соперника. Разрешается не более трех касаний мяча руками и одного касания мяча на своей половине после каждого удара рукой в одном розыгрыше очка.

Фистбол отлично способствует развитию быстроты, скорости реакции, ловкости и координации движений. Данный вид спорта имеет упрощенные правила волейбола и его можно применять для студентов, не имеющих достаточного уровня технической подготовки. С помощью представленной спортивной дисциплины повышается двигательная активность [2].

Алтимат или фланг диск – спортивная неконтактная игра с летающим диском (тарелкой), в которой команды стараются поймать игровой снаряд в зоне соперника. Данный вид спорта зародился в США в начале второй половины XX века. Игры можно проводить как на открытом воздухе, так и в помещении.

Для проведения классического Алтимата необходимо поле имеет размером 100 x37 м, которое делится на 3 зоны: центральную (64x17) и две голевые (18x37). Размеры игрового поля могут варьироваться. При игре на поле команды состоят из 7 человек, а в зале – по 5. Замены во время игры не ограничены, но производятся только после получения очка одной из команд. Игровой диск (тарелка) весит 175 г и имеет диаметр 27,5 см.

В начале игры защищающая команда передает диск атакующей. Соперник ловит тарелку в воздухе или после падения на землю (пол). Если игрок атакующей команды касается диска в воздухе и роняет его, то диск переходит сопернику. Двигаться с тарелкой запрещено. На передачу игрового снаряда партнеру отводится 10 секунд. Обороняющимся игрокам не разрешается подходить ближе 3 м к игроку, владеющим диском. Очко засчитывается атакующей команде в том случае, если игрок фиксирует диск в голевой зоне соперника (торцы). После этого атакующая команда становится защищающейся. Соперники так же меняются зонами после каждого заработанного очка. Смена владением тарелкой происходит после каждого неточного паса.

Основной принцип алтимата – «Дух игры» - «уважение к сопернику – первостепенно». Строгое соблюдение правил игры, отсутствие нарушений, уважительное отношение к сопернику, справедливость и самоконтроль – влияют на общую оценку Духа команды [5].



Занятия флайинг диском доступны для всех, при этом совершенствуются физические качества и развиваются важные качества личности, повышается уровень физической подготовленности. Для применения алтимата на занятиях необходим лишь диск и манишки для команд.

Перечисленные нетрадиционные виды спорта, применяемые в процессе физического воспитания студенческой молодежи в аграрном вузе, являются доступными, не требуют больших затрат и специальной материально-технической базы. Их легко можно встраивать в учебный процесс по физическому воспитанию студентов. Они способствуют развитию физические качества качеств личности, повышают уровень двигательной активности, укрепляют здоровье.

#### **Список литературы:**

1. Антипов, О. В. Формирование личности студента при помощи игровых видов спорта (на примере футбола) / О. В. Антипов, Е. Ю. Суханова, Р. В. Гежа // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Гуманитарные науки. – 2021. – № 3. – С. 32-37.

2. Клименченко, В. Г. Разновидности волейбола в процессе физического воспитания будущих педагогов-филологов / В.Г. Клименченко, С.С. Близнюк, И.Ю. Горбань // Здоровье, спорт, реабилитация. – 2016. - №3. – С. 44-47.

3. Комин, С. В. Особенности смешанной формы занятий по физической культуре в непрофильном вузе / С. В. Комин, Ю. А. Ковалева, М. В. Куликова // Современная Российская наука: актуальные вопросы, достижения и инновации : сборник статей VI Всероссийской научно-практической конференции. В 2 частях, Пенза, 12 декабря 2023 года. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2023. – С. 191-193.

4. Куликова, М. В. Уровень физического состояния и работоспособности студентов непрофильного вуза / М. В. Куликова // Большая студенческая конференция: сборник статей IV Международной научно-практической конференции, Пенза, 05 марта 2023 года. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2023. – С. 185-187.

5. Сомкин, А. А. Новые спортивные игры для студентов творческого высшего учебного заведения / А. А. Сомкин // Современное образование: актуальные вопросы, достижения и инновации: Сборник статей XXXVI Международной научно-практической конференции, Пенза, 05 июля 2020 года. – Пенза: "Наука и Просвещение" (ИП Гуляев Г.Ю.), 2020. – С. 72-78.

