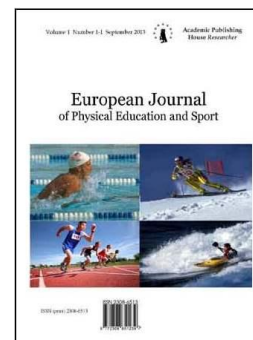


Copyright © 2014 by Academic Publishing House *Researcher*



Published in the Russian Federation  
European Journal of Physical Education and Sport  
Has been issued since 2013.  
ISSN: 2310-0133  
Vol. 5, No. 3, pp. 192-200, 2014

DOI: 10.13187/ejpe.2014.5.192  
[www.ejournal7.com](http://www.ejournal7.com)



UDC 796

## **The Using of Beach Handball Proceeds in the Classroom for Physical Education of the Students**

Inna N. Ovsyannikova

Sochi State University, Russian Federation  
26a, Sovetskaya street, Sochi city, Krasnodar Krai, 354000  
PhD (Pedagogy), Assistant Professor  
E-mail: risot2010@mail.ru

### **Abstract**

The study of students' attitudes toward beach handball with the motivation and needs of dealing with the sport has been carried out in the university. It has been established that the use in the course of physical studying the targeted pedagogical influences planned in the course "Beach Handball", leads to significant increase of physical fitness, physical condition and functional performance among students, which indicates the feasibility of beach handball means in the classroom for physical education among the students.

**Keywords:** beach handball; physical education; institutions of higher education.

### **Введение**

В настоящее время назрела необходимость сочетать заботу об образовании с заботой о здоровье индивида, основы которого, как это общепризнанно, закладываются в школьном, а развиваются, закрепляются и совершенствуются в студенческом возрасте, прежде всего средствами физической культуры и спорта [1, 2, 3, 11, 12, 13, 14, 15]. Многие факты говорят о необходимости дальнейшего повышения эффективности образовательного процесса по физической культуре в ВУЗах, управление которым традиционно сводится к администрированию. В практической деятельности акцент делается на выполнение нормативно-базовой части учебной программы без учёта мотивов и потребностей студентов в различных видах двигательной активности [4, 5].

Особое место в системе физического воспитания принадлежит подвижным и спортивным играм. Среди современных видов спорта, появившихся в последнем десятилетии (так называемых «неолимпийских видов спорта», малых форм классических спортивных игр), можно отметить новую игру с мячом – пляжный гандбол, активное внедрение которой в практику физического воспитания студенческой молодежи позволяет рассчитывать на массовое увлечение ею [3, 6].

Необходимо отметить, что природно-климатические условия Черноморского побережья Кавказа, как вспомогательное средство физического воспитания, являются вполне благоприятными для круглогодичного культивирования и развития данного вида спорта [3]. Однако эффективное использование средств пляжного гандбола в процессе физического воспитания студентов вузов сдерживается отсутствием разработанного и

обоснованного их содержания для организации и проведения учебных занятий [7].

Целью настоящего исследования явились разработка и обоснование теоретико-методических и содержательно-организационных компонентов программы курса «Пляжный гандбол» как составной части дисциплины «Физическая культура» в ВУЗе. В основе рабочей гипотезы были положены известные научно-методические положения, свидетельствующие о высоком уровне мотивации и потребности молодежи в занятиях игровыми видами спорта, а также об их позитивном влиянии на процесс развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся [8, 9]. В этой связи было предположено, что использование средств пляжного гандбола в процессе физического воспитания будет способствовать повышению уровня физической подготовленности, функциональных показателей и физического состояния студенческой молодежи.

### Материалы и методы

Исследование проведено на базе Сочинского государственного университета (СГУ). В нём приняли участие студенты I–IV курсов в количестве: 926 девушек и 1132 юноши. Для проведения занятий игровой направленности по экспериментальной методике была составлена группа из 32 юношей 2-го курса СГУ. Контрольная группа включала 34 юношей 2-го курса этого же ВУЗа.

С целью выявления значимости пляжного гандбола в физкультурно-спортивной деятельности проведено анкетирование студентов СГУ. Опрашиваемым были разъяснены цели и практическое значение анкетирования, сохранена возможность анонимных ответов, помимо кратких ответов имелась возможность вписывать дополнительные данные и сведения. Результаты анкетирования представлены в табл. 1.

Таблица 1

### Мотивы студентов в занятиях физической культурой и спортом

№ п\п	Вопросы	Ответы	n	%
1	2	3	4	5
1	Что мешает Вам заниматься физкультурно-спортивной деятельностью?	- отсутствие свободного времени; - не хватает физкультурных знаний для организации самостоятельных занятий; - нет секции по любимому виду спорта в вузе; - слабая организаторская работа, никто не вовлекает в спортивную деятельность	1235 103 350 370	60,0 5,0 17,0 18,0
2	Что могло бы повысить Ваш интерес к физкультурно-спортивной деятельности?	- улучшение качества занятий; - возможность выбора вида спорта; - современное оборудование и инвентарь; - стимулирование материальной мотивации	906 350 775 27	44,0 17,0 37,7 1,3
3	Какие виды спортивных игр Вы предпочитаете?	- классические; - пляжные; - классические и пляжные	1626 309 123	79,0 15,0 6,0
4	Какие пляжные спортивные игры Вам известны?	- волейбол; - футбол; - гандбол; - никакие	1914 1255 80 109	93,0 61,0 3,9 5,3
5	Является ли пляжный гандбол олимпийским видом спорта?	- да; - нет; - затрудняюсь ответить	350 1029 679	17,0 50,0 33,0

6	Хотели бы Вы овладеть основами игры в пляжный гандбол?	- да;	1384	67,2
		- нет	674	32,8
7	Какой вид спорта, по Вашему мнению, самый зрелищный?	- спортивные игры;	1112	54,0
		- затрудняюсь ответить;	247	12,0
		- гимнастика;	165	8,0
		- плавание;	144	7,0
		- бокс;	144	7,0
		- фигурное катание;	82	4,0
		- легкая атлетика;	82	4,0
- единоборства	82	4,0		

В результате анкетирования было установлено, что о пляжном гандболе знает всего 3,9 % респондентов. Вместе с тем, несмотря на предпочтение классических спортивных игр (79,0 %), значительное количество студентов (67,2 %) хотели бы овладеть основами данной игры. В связи с этим, учитывая мотивы и потребности студентов, было предложено включение в учебный процесс физического воспитания студентов ВУЗов программу курса «Пляжный гандбол». Примерный план учебного процесса на 36 недель учебных занятий по пляжному гандболу представлен в табл. 2 [3, 10].

Таблица 2

### Примерный план 36-недельных учебных занятий

Разделы	Виды подготовки	Всего часов	Соотношение видов подготовки (%)
Теоретический	Теоретическая	10	7
	Общая физическая	33	24
	Специальная физическая	20	15
Практический	Техническая	26	19
	Тактическая	18	13
	Игровая	21	16
Контрольный	Контрольные испытания	8	6
Всего		136	100

Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовленности студентов (табл. 3, 4) проводили на песчаном покрытии (глубина песка – 40 см).

Таблица 3

### Тесты общей физической подготовленности (мужчины)

Оценка в баллах	Бег 20 м (с)	Подтягивание на перекладине (раз)	Бег 100 м (мин, с)	Прыжок в длину с места (см)	Тройной прыжок (см)	Метание мяча массой 1 кг (м)			Челночный бег (с)
						правой рукой	левой рукой	двумя руками сидя	
5	3,8	15	4,40	230	680	28	15,5	10,5	18,0
4	4,1	12	5,10	215	640	24,5	12,5	9,5	19,6
3	4,5	9	5,40	200	600	20	10	8	22,0

В начале учебного года тесты по общей и специальной физической подготовленности оценивали, как контрольные, характеризующие подготовленность при поступлении в ВУЗ или активность проведения студентом самостоятельных занятий в каникулярное время, и в конце – как определяющие сдвиг за прошедший учебный период.

Таблица 4

### Тесты специальной физической подготовленности (мужчины)

Оценка в баллах	Броски мяча на точность (раз)	Передача мяча в цель (раз)	Метание левой/правой рукой (%)	Комплексное упражнение (с)
5	9	25	60	16,0
4	8	20	58	17,5
3	7	15	56	19,0

Примечание: Условие выполнения каждого из запланированных тестов – не ниже, чем на 3 очка

### Результаты исследования

Результаты, характеризующие внутригрупповые изменения у студентов экспериментальной группы в ходе педагогического эксперимента, свидетельствовали о наличии достоверного роста по 11 из 12 показателей общей и специальной физической подготовленности ( $p < 0,05 - < 0,001$ ) (табл. 5). Так, средний результат пробегания 20 м улучшился с  $4,1 \pm 0,10$  с до  $3,4 \pm 0,08$  с ( $p < 0,001$ ), в беге 1000 м с  $333,0 \pm 9,29$  с до  $293,0 \pm 9,23$  с ( $p < 0,01$ ), челночного бега с  $21,3 \pm 0,50$  с до  $18,0 \pm 0,40$  с ( $p < 0,001$ ). Результаты прыжка в длину с места увеличились на 20,9 см ( $p < 0,05$ ), тройного прыжка – на 68,7 см ( $p < 0,05$ ). Возросли результаты метания мяча правой ( $p < 0,001$ ) и левой ( $p < 0,001$ ) рукой, а также двумя руками из-за головы из положения сидя ( $p < 0,001$ ), броска мяча на точность ( $p < 0,001$ ) и передачи мяча в цель ( $p < 0,001$ ). В начале эксперимента из 12 бросков на точность цели достигли в среднем 4,5 броска. В конце эксперимента количество точных бросков увеличилось до 9. Результат передачи мяча в цель за 30 с в течение эксперимента вырос с  $16,0 \pm 0,92$  до  $23,3 \pm 1,35$  раза. Комплексное упражнение, в которое входил сложный технический приём – бросок с «вертушки», до эксперимента студенты не смогли выполнить, в конце эксперимента на него затрачивалось в среднем 16,7 с. Соотношение результатов метания правой и левой рукой в течение эксперимента изменилось недостоверно ( $p > 0,05$ ).

Таблица 5

### Достоверность различий показателей общей и специальной физической подготовленности студентов II курса экспериментальной группы в течение педагогического эксперимента

№ п/п	Контрольные упражнения	До эксперимента		После эксперимента		t	p
		Э гр. (n = 32)		Э гр. (n = 32)			
		М	±m	М	±m		
1	Бег 20 м (с)	4,1	0,10	3,4	0,08	5,47	<0,001
2	Бег 1000 м (мин, с)	333,0	9,29	293,0	9,23	3,03	<0,01
3	Прыжок в длину с места (см)	194,9	7,10	215,8	6,54	2,17	<0,05
4	Тройной прыжок (см)	571,3	18,70	640,0	24,01	2,26	<0,05
5	Метание мяча правой рукой (м)	18,1	1,03	23,9	1,15	3,77	<0,001
6	Метание мяча левой рукой (м)	12,1	0,62	16,6	0,91	4,09	<0,001

7	Метание мяча двумя руками сидя (м)	7,1	0,41	10,3	0,58	4,51	<0,001
8	Челночный бег (с)	21,3	0,50	18,0	0,40	5,16	<0,001
9	Броски мяча на точность (кол-во)	4,5	0,24	9,0	0,51	8,04	<0,001
10	Передача мяча в цель (кол-во)	16,0	0,92	23,3	1,35	4,47	<0,001
11	Соотношение метания мяча правой и левой рукой (%)	66,9	3,21	69,5	4,22	0,49	>0,05
12	Комплексное упражнение (с)	0	0	16,7	0,99	16,87	<0,001

Примечание: Э гр. – экспериментальная группа.

Темпы прироста в среднем составили 31,0 %. По общей физической подготовленности наибольшие значения темпов прироста наблюдали в метании мяча массой 1 кг: двумя руками сидя (36,8 %), левой рукой (31,4 %) и правой рукой (27,6 %). Можно отметить, что эффективность использования средств пляжного гандбола на занятиях по физическому воспитанию подтверждались показателями темпов прироста, а также установленными внутригрупповыми достоверными различиями параметров общей и специальной физической подготовленности студентов экспериментальной группы.

Установлено, что до эксперимента достоверные различия по функциональным показателям между студентами контрольной и экспериментальной групп отсутствовали ( $p > 0,05$ ), что дало основание считать их однородными относительно функциональных характеристик. Статистически значимые различия между показателями студентов контрольной и экспериментальной групп были выявлены по большинству изучаемых признаков в конце педагогического эксперимента. Исключение составили параметры систолического артериального давления (АДс) и форсированной жизненной ёмкости лёгких (ФЖЕЛ), по которым достоверных различий не было выявлено ( $p > 0,05$ ).

Изучение динамики функциональных показателей в течение педагогического эксперимента свидетельствовало о достоверном их изменении как у студентов контрольной, так и экспериментальной групп. Вместе с тем достоверные изменения на уровне  $p < 0,05$  в контрольной группе произошли по трём показателям из пяти, а в экспериментальной – по всем пяти. Как у студентов контрольной, так и экспериментальной группы установлено достоверное уменьшение параметров АД и ЧСС. Достоверное увеличение показателей ФЖЕЛ и PWC<sub>170</sub> наблюдаются у студентов только экспериментальной группы. Аналогичные показатели у студентов контрольной группы в течение педагогического эксперимента изменились недостоверно.

Таким образом, более высокие темпы прироста и достоверное преимущество среднegrupповых значений функциональных показателей студентов экспериментальной группы свидетельствовали об эффективности использования средств пляжного гандбола на занятиях по физическому воспитанию студентов. Разработанная Г.Л. Апанасенко и Р.Г. Науменко в 1988 году и научно обоснованная экспресс-оценка уровня физического состояния лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой, которая широко применяется в последние годы при проведении исследований, использовалась нами для выявления динамики физического состояния студентов в течение сравнительного педагогического эксперимента.

Не вызывает сомнения тот факт, что как традиционные, так и экспериментальные занятия по физическому воспитанию оказывали влияние на физическое состояние студентов. Полученные после эксперимента результаты позволили объективно оценить эффективность занятий с преимущественным использованием средств пляжного гандбола. Установлено, что после эксперимента показатели индекса Руффье (ИР), силового индекса (СИ) и «двойного произведения» (ПДП) у студентов экспериментальной группы на достоверном уровне превосходили аналогичные показатели студентов контрольной группы. Анализ динамики показателей внутри группы свидетельствовал о том, что достоверные изменения произошли как в контрольной, так и в экспериментальной группах. У студентов

экспериментальной группы достоверные изменения были выявлены по трём показателям из пяти – ИР ( $p < 0,001$ ), СИ ( $p < 0,001$ ) и ПДП ( $p < 0,001$ ), а в контрольной – по двум – ИР ( $p < 0,001$ ) и ПДП ( $p < 0,01$ ).

Динамику темпов прироста показателей уровня физического состояния изучали аналитическим путём. Известно, что уменьшение до определённых норм некоторых морфофункциональных показателей оказывает позитивное влияние на физическое состояние человека. В частности к таким характеристикам в наших исследованиях были отнесены ИК, ИР и ПДП. Необходимо отметить, что у студентов контрольной группы темпы прироста показателей индекса Кетле и жизненного индекса имели отрицательные значения. В среднем темпы прироста показателей физического состояния студентов экспериментальной группы на 11,1 % превосходили аналогичные параметры своих сверстников контрольной группы.

Таким образом, возможность результативного педагогического воздействия, заключающаяся в практическом использовании средств пляжного гандбола на занятиях физическим воспитанием, подтверждалась:

- достоверным преимуществом показателей физического состояния студентов экспериментальной группы над студентами контрольной;
- количеством и уровнем достоверной вероятности изменившихся в течение эксперимента характеристик физического состояния студентов экспериментальной группы, которые превосходят аналогичные значения контрольной;
- значениями темпов прироста изучаемых признаков, которые в среднем по всем параметрам больше у студентов экспериментальной группы.

### **Выводы:**

1. Эффективное использование пляжного гандбола в ВУЗах, как современного средства физического воспитания студенческой молодежи, сдерживается из-за отсутствия учебно-методического обеспечения и недостаточной разработанности содержательно-организационных аспектов его проведения на занятиях физической культурой.

2. Низкий процент студентов (15,0 %), предпочитающих пляжные спортивные игры, обусловлен неосведомлённостью об их существовании. В частности, о пляжном гандболе знают только 3,9 % опрошенных студентов. Вместе с тем 67,2 % респондентов изъявляют желание после изучения правил и просмотра видеофильмов овладеть основами этой игры, а 54,0 % считают его самым зрелищным видом спорта.

3. Интерес студентов к современному виду спорта – пляжный гандбол, учет мотивации и удовлетворение потребностей занимающихся в занятиях данным видом спорта, благоприятные природно-климатические условия, позволяющие проводить учебные занятия круглогодично на свежем воздухе, включая водные процедуры в заключительной части, а также оснащение мест занятий несложным учебно-спортивным оборудованием и инвентарем в совокупности предопределили разработку содержания и организации физического воспитания в вузе на основе использования средств пляжного гандбола.

4. Реализация содержательно-организационных и теоретико-методических составляющих разработанной программы курса обеспечивает действенное прогрессирующее повышение уровня общей и специальной физической подготовленности (31,0 %), функциональных показателей (11,4 %) и физического состояния (17,8 %).

5. Использование в процессе физического воспитания студентов целенаправленных педагогических воздействий, заложенных в разделах программы курса «Пляжный гандбол», приводит к:

- достоверному преимуществу среднегрупповых показателей изучаемых признаков (в 66,7 % случаев) в экспериментальной группе по сравнению с контрольной;
- большему количеству и уровню достоверно изменившихся в течение учебного года изучаемых характеристик студентов экспериментальной группы, которые превосходят аналогичные параметры сверстников из контрольной группы (соответственно 83,3 % и 16,7 %);
- более высоким значениями темпов прироста изучаемых признаков в течение учебного года у студентов экспериментальной группы, которые в среднем превосходят аналогичные показатели студентов из контрольной группы по параметрам физической подготовленности

на 7,2 %, физического состояния – на 11,1 %, функциональных показателей – на 7,6 %.

6. Приведённые данные свидетельствуют о целесообразности использования средств пляжного гандбола на занятиях по физическому воспитанию студентов, которые расширяют возможности совершенствования педагогического процесса по физической культуре в вузах.

### **Примечания:**

1. Бальсевич В.К. Здоровьесберегающая функция образования в Российской Федерации // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2006. № 5. С. 2–6.
2. Железняк Ю.Д., Лейфа А.В. Физическая активность и здоровье студентов вузов нефизкультурного профиля // Теория и практика физической культуры. 2006. № 12. С. 46–47.
3. Овсянникова И.Н. Повышение эффективности образовательного процесса в вузе средствами пляжного гандбола // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 4 (38). С. 51–54.
4. Грачев О.К. Физическая культура: учеб. пособие / под ред. Е.В. Харламова. М. – Ростов н/Д.: Издательский центр «МарТ», 2005. 464 с.
5. Шилько В.Г. Организация физического воспитания студентов в классическом университете с использованием спортивно-оздоровительных технологий // Теория и практика физической культуры. 2007. № 3. С. 2–6.
6. Крамской С.И. Пляжный гандбол – зарождение и перспективы развития игры // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Харьков: ХХПИ, 2001. № 6. С. 7–11.
7. Овсянникова И.Н. Пляжный гандбол в системе физического воспитания студентов вуза // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. 2009. №2(8). С. 170–176.
8. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Спортивно-ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты // Теория и практика физической культуры. 2003. № 5. С. 19–22.
9. Лебедь Ф. Общая теория спортивных игр, обучение и тренировка. Волгоград: ВолГУ, 2005. 392 с.
10. Овсянникова И.Н. Содержание и организация физического воспитания студентов вузов на основе использования средств пляжного гандбола: дис. ... канд. пед. наук. Краснодар, 2008. 147 с.
11. Elena Bendíková, Lukáš Šmída, Robert Rozim. Level of Posture of Pupils in the Age of Elementary Schools // European Researcher, 2014, Vol.(75), № 5-2. Pp. 990-996.
12. Ludmila Baiborodova, Vera Belkina. Fostering a Democratic Culture among Participants in the Educational Process // European Journal of Contemporary Education, 2014, Vol.(8), № 2. P. 93.
13. Imanali O. Baidaulet, Zulkiya I. Namazbaeva, Guljan N. Dossybayeva, Zhanbol B. Sabirov, Dinara S. Kussainova Estimation of Children Health Risk in Shymkent, Kazakhstan // European Journal of Medicine, 2014, Vol.(3), № 1, pp. 8-16.
14. Romualdas K. Malinauskas, Vilija V. Malinauskiene, Vytautas P. Gudonis. Emotional Intelligence Features of Future Teachers of Physical Education // European Researcher, 2013, Vol.(43), № 3-1. Pp. 602-605.
15. Roza F. Rokhvadze, Natalya V. Yelashkina. Innovations in Educational System: Mobile Learning Applications // European Journal of Contemporary Education, 2013, Vol.(3), № 1. Pp. 50-53.
16. Elena Bendíková. Lifestyle, Physical and Sports Education and Health Benefits of Physical Activity // European Researcher, 2014, Vol.(69), № 2-2. Pp. 343-348.
17. Yurii V. Dragnev. Principles of the Professional Development of the Future Teacher of Physical Culture in Terms of Informational and Educational Environment // European Researcher, 2013, Vol.(41), № 2-2. Pp. 368-372.

**References:**

1. Bal'sevich V.K. Zdorov'esberegayushchaya funktsiya obrazovaniya v Rossiiskoi Federatsii // Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. 2006. № 5. S. 2–6.
2. Zheleznyak Yu.D., Leifa A.V. Fizicheskaya aktivnost' i zdorov'e studentov vuzov nefizkul'turnogo profilya // Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. 2006. № 12. S. 46–47.
3. Ovsyannikova I.N. Povyshenie effektivnosti obrazovatel'nogo protsessa v vuze sredstvami plyazhnogo gandbola // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. 2008. № 4 (38). S. 51-54.
4. Grachev O.K. Fizicheskaya kul'tura: ucheb. posobie / pod red. E.V. Kharlamova. M. – Rostov n/D.: Izdatel'skii tsentr «MarT», 2005. 464 s.
5. Shil'ko V.G. Organizatsiya fizicheskogo vospitaniya studentov v klassicheskom universitete s ispol'zovaniem sportivno-ozdorovitel'nykh tekhnologii // Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. 2007. № 3. S. 2–6.
6. Kramskoi S.I. Plyazhnyi gandbol – zarozhdenie i perspektivy razvitiya igry // Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh spetsial'nostei. Khar'kov: KhKhPI, 2001. № 6. S. 7–11.
7. Ovsyannikova I.N. Plyazhnyi gandbol v sisteme fizicheskogo vospitaniya studentov vuza // Vestnik Sochinskogo gosudarstvennogo universiteta turizma i kurortnogo dela. 2009. №2(8). S. 170-176.
8. Bal'sevich V.K., Lubysheva L.I. Sportivno-orientirovannoe fizicheskoe vospitanie: obrazovatel'nyi i sotsial'nyi aspekty // Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. 2003. № 5. S. 19–22.
9. Lebed' F. Obshchaya teoriya sportivnykh igr, obuchenie i trenirovka. Volgograd: VolGU, 2005. 392 s.
10. Ovsyannikova I.N. Soderzhanie i organizatsiya fizicheskogo vospitaniya studentov vuzov na osnove ispol'zovaniya sredstv plyazhnogo gandbola: dis. ... kand. ped. nauk. Krasnodar, 2008. 147 s.
11. Elena Bendíková, Lukáš Šmída, Robert Rozim. Level of Posture of Pupils in the Age of Elementary Schools // European Researcher, 2014, Vol.(75), № 5-2. Pp. 990-996.
12. Ludmila Baiborodova, Vera Belkina. Fostering a Democratic Culture among Participants in the Educational Process // European Journal of Contemporary Education, 2014, Vol.(8), № 2. P. 93.
13. Imanali O. Baidalet, Zulkiya I. Namazbaeva, Guljan N. Dossybayeva, Zhanbol B. Sabirov, Dinara S. Kussainova Estimation of Children Health Risk in Shymkent, Kazakhstan // European Journal of Medicine, 2014, Vol.(3), № 1, pp. 8-16.
14. Romualdas K. Malinauskas, Vilija V. Malinauskiene, Vytautas P. Gudonis. Emotional Intelligence Features of Future Teachers of Physical Education // European Researcher, 2013, Vol.(43), № 3-1. Pp. 602-605.
15. Roza F. Rokhvadze, Natalya V. Yelashkina. Innovations in Educational System: Mobile Learning Applications // European Journal of Contemporary Education, 2013, Vol.(3), № 1. Pp. 50-53.
16. Elena Bendíková. Lifestyle, Physical and Sports Education and Health Benefits of Physical Activity // European Researcher, 2014, Vol.(69), № 2-2. Pp. 343-348.
17. Yurii V. Dragnev. Principles of the Professional Development of the Future Teacher of Physical Culture in Terms of Informational and Educational Environment // European Researcher, 2013, Vol.(41), № 2-2. Pp. 368-372.

УДК 796

**Использование средств пляжного гандбола на занятиях  
по физическому воспитанию студентов**

Инна Николаевна Овсянникова

Сочинский государственный университет, Российская Федерация  
354000, Сочи, ул. Советская 26-а



кандидат педагогических наук, доцент  
E-mail: risot2010@mail.ru

**Аннотация.** Проведено изучение отношения студентов к пляжному гандболу с учетом мотивации и удовлетворения потребностей занимающихся данным видом спорта в условиях ВУЗа. Установлено, что использование в процессе физического воспитания студентов целенаправленных педагогических воздействий, заложенных в разделах программы курса «Пляжный гандбол», приводит к значимому повышению физической подготовленности, физического состояния и функциональных показателей у обучающихся, что свидетельствует о целесообразности использования средств пляжного гандбола на занятиях по физическому воспитанию студентов.

**Ключевые слова:** пляжный гандбол; физическая культура; высшие учебные заведения.